

كيف تحافظين على رشاقتك؟ • هل تحبين أن تكوني مختلفة؟

ميني

٤٤
السنة الرابعة
العدد الرابع والأربعون
Minnie Magazine
Al-Qabas publication
Issue No.44

بالداخل
أسماء الفائزين
في مسابقة
«يوميات أميرة»

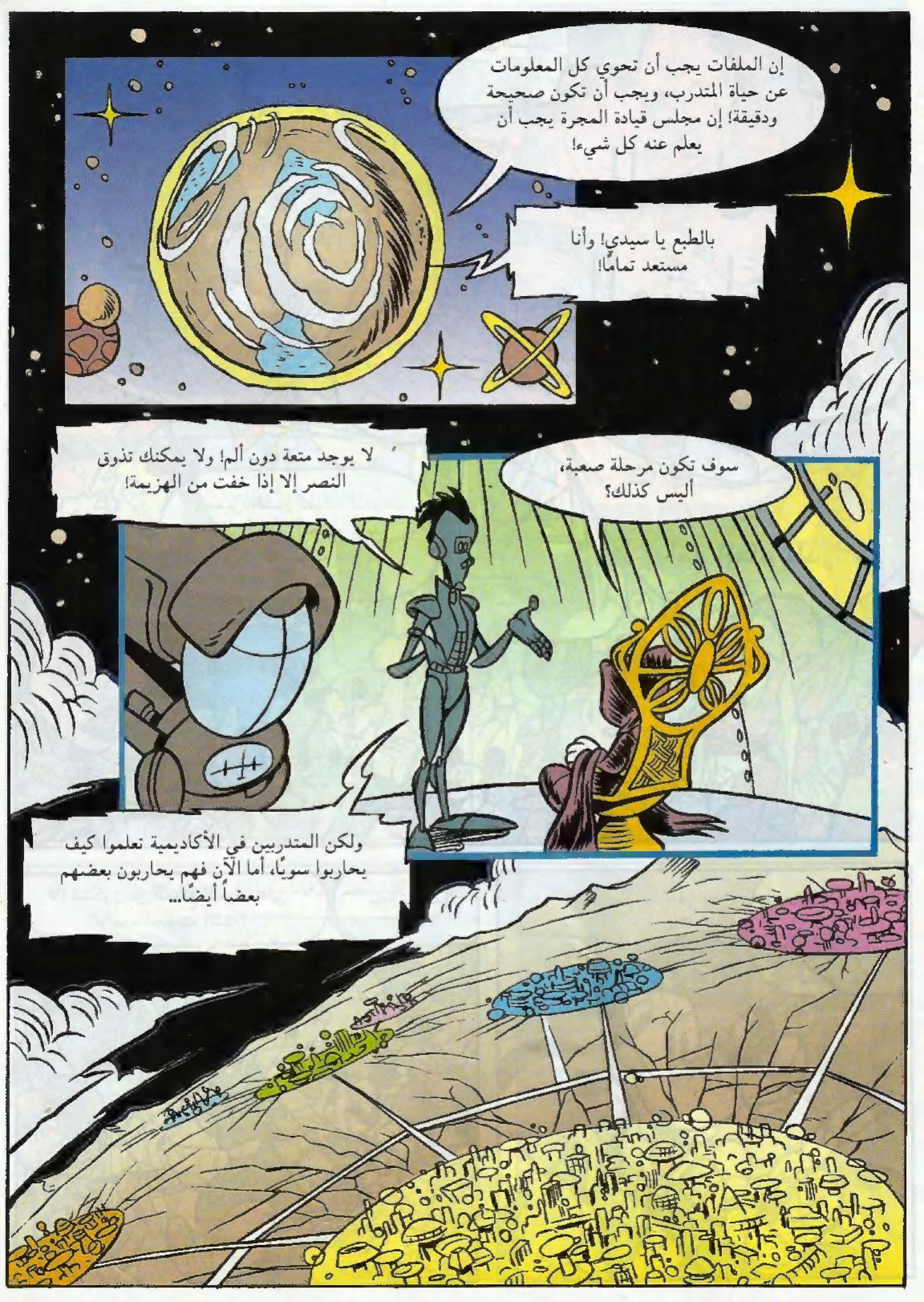


الكويت :١ دينار ، السعودية: ١٠ريالات ، الامارات:
١٠دراهم ، البحرين: ١دينار ، سلطنة عمان :١دينار ،
قطر :١٠ريالات ، لبنان :٤٠٠٠ليرة ، الاردن :١.٢دينار


للشباب العربي في كل مكان
مجلة
علاء الدين
والت ديزني
علاء الدين
علاء الدين


صديقاتي العزيزات،،،
يتجدد لقاؤنا، وتتجدد معه المواضيع التي نتحدث فيها عبر هذه الصفحة، التي أرجو أن تكون إحدى صفحاتكن المفضلة في المجلة.
هذا العدد حافل بالكثير من القصص التي تحبونها والمواضيع التي ستجدن فيها كل المتعة والفائدة. لقد حرصنا أن يكون هذا العدد ممتع ومشوق في نفس الوقت حتى تقضون معه أحلى أوقات الإجازة الصيفية.
مع محبتي ميني
هدية دنقل ٥٢
صيفك في ملابسك ٣٣
السوبر ماركت ١٦
السفينة الغارقة ٥٦
فرشاة الأسنان ١٧
مطبخ ميني ٣٠
ميني
مجلة شهرية تنشرها دار القبس للصحافة والطباعة والنشر بترخيص من شركة الانشاءات والتجارة (قسم السلع الاستهلاكية)، جدة، المرخصة من شركة والت ديزني
الكويت ص.ب ٢١٨٠٠ الصفاة - رمز بريدي ١٣٠٦٨
هاتف ٤٨١٢٨٢٢ فاكس: ٤٨١٢٧٣٨
E-mail: manal@alqabas.com.kw
الناشر: شركة دار القبس
التحرير: منال البهنساوي
للاشتراك الرجاء الاتصال على وكلاء التوزيع أو الخط الساخن:
٨٠٧١١١ (٩٦٥)
الكويت: شركة المجموعة الكويتية للنشر والتوزيع
هاتف: ٢٤١٧٨١٠/١/٩
فاكس: ٢٤١٧٨٠٩
السعودية: الشركة السعودية للتوزيع. هاتف: ٦٥٣٠٩٠٩ (٢)
هاتف الآلي:
(8002440076)
فاكس: ٦٥١٤٥٠٩ (٢)
www.saudi-distribution.com
البريد الالكتروني (E.Mail)
info@saudi-distribution.com
البريد الالكتروني (E.Mail)
-ers@saudi-distribution.com
ord
الإمارات: شركة الإمارات للطباعة والنشر والتوزيع
هاتف: ٣٩١٦٥٠١/٢/٣ (٠٤)
فاكس: ٣٩١٨٣٥٤/٥/٦ (٠٤)
البحرين: مؤسسة الهلال لتوزيع الصحف، هاتف: ٢٩٤٠٠٠
فاكس: ٢٩٠٥٨٠
قطر: دار الثقافة والطباعة والصحافة والنشر والتوزيع
هاتف: ٦٢٢١٨٢ - فاكس: ٦٢١٨٠٠
عمان: المتحدة لخدمة وسائل الإعلام،
هاتف: ٧٠٠٨٩٥
فاكس: ٧٠٦٥١٢
سوريا: المؤسسة العربية السورية لتوزيع المطبوعات
هاتف: ٢١٢٧٧٩٧ (١١)
فاكس: ٢١٢٢٥٣٢ (١١)
الأردن: شركة أرامكس للنقل الدولي السريع
هاتف: ٥٣٥٨٨٥٥ (٦)
فاكس: ٥٣٣٧٧٣٣ (٦)
لبنان: الشركة اللبنانية لتوزيع الصحف والمطبوعات
هاتف: ٣٦٨٠٠٧ (١)
فاكس: ٣٦٦٦٨٣ (١)
طبعت بمطابع القبس
دولة الكويت
القبس


ميني
والتديري
صراع في الفضاء
تدور أحداث هذه القصة في الفضاء، وبالتحديد في كوكب (الأرض ٣٢)، وهو كوكب يبعد آلاف السنوات الضوئية عن كوكب الأرض، وقد ذهب «ميكي» و«بندق» وأصدقاؤهما إلى ذلك الكوكب ليلتحقوا بالأكاديمية ليصبحوا طيارين فضائيين..
اجتاز الأصدقاء الكثير من الاختبارات الشاقة وتعرضوا للكثير من الأخطار ولكنهم واجهوها بشجاعة ونجحوا في الوصول إلى مراحل متقدمة من الاختبار فهل سيحالفهم الحظ إلى النهاية؟
سيبدأ الأصدقاء هذا العام اختبارًا جديدًا، وهو اختبار يتطلب معرفة واسعة واتخاذ قرارات حاسمة، وبالطبع لن يتم اختيار إلا من يملك الكفاءة المطلوبة.


إن الملفات يجب أن تحوي كل المعلومات عن حياة المتدرب، ويجب أن تكون صحيحة ودقيقة! إن مجلس قيادة المجرة يجب أن يعلم عنه كل شيء!
بالطبع يا سيدي! وأنا مستعد تماماً!
سوف تكون مرحلة صعبة، أليس كذلك؟
لا يوجد متعة دون ألم! ولا يمكنك تذوق النصر إلا إذا خفت من الهزيمة!
ولكن المتدربين في الأكاديمية تعلموا كيف يحاربوا سوياً، أما الآن فهم يحاربون بعضهم بعضاً أيضاً...

... وبهذه الطريقة أيضا بدأوا يفهمون الفرق بين...

العقل والمشاعر

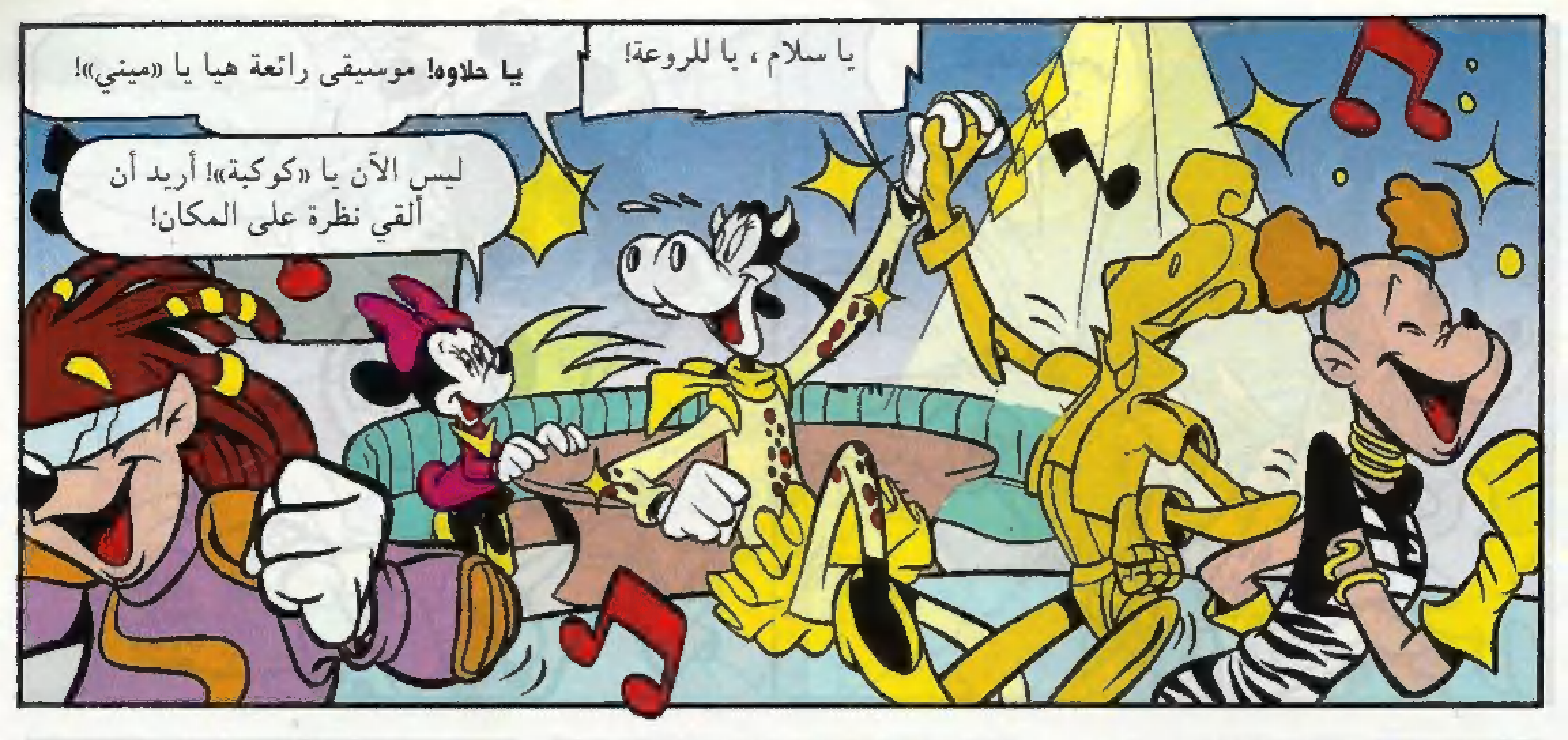
بداية العام الدراسي

جميل، أليس كذلك؟ التدريب يبدأ غداً والجميع يريد الاستمتاع بوقته قبل بدء الدراسة!

صحيح! هل رأيت أحداً تعرفه؟






يا سلام ، يا للروعة!
يا حلاوة! موسيقى رائعة هيا يا «ميني»!
ليس الآن يا «كوكبة»! أريد أن ألقي نظرة على المكان!


انتهى وقت العملة المعدنية مرة أخرى!
كليك


هذا الراقص الآلي ممل جدًا! دائمًا يتوقف فجأة!
انتظري! سأرى إن كان لدي عملة معدنية أخرى!


مللت من الرقص مع قطعة من المعدن!


كنا نقضي أوقاتًا ممتعة في مدينتنا! أحتاج لأصدقاء هنا!
وأنا أيضًا أشتاق لأصدقائي!


ألا يوجد من عنده
ذوق ويدعوني
للحديث!


هل ترقصين معي
يا جميلتي؟
ه! !!!!!


هي؟ لا... آسفة...
احم.. قدمي تؤلمني!


حسنًا!


لا مفر!


هل ترى هذه
الفتاة؟
نعم!
ها ها ها!


إنها ترقص وحيدة
منذ فترة، سأحاول
أن...
تحاول ماذا؟ اجلس
مكانك!


إنها تغيظني! لذا سأحاول مضايقتها!


ولهذا ستبقى أنت بعيداً! مفهوم؟


لقد ذاب هو الآخر! لم يعودوا يصنعونهم كالسابق!


كفى! يجب أن نجد لنا أصدقاء!


انظري هناك! ترى ماذا يفعلون؟


ماذا؟ إنها لعبة!
أعتقد أن هذه هي ورقة الملك!


تخميني صحيح مرة أخرى! هيييه!
نعم! إنها لعبة بالفعل!


تبدو مسلية!
«ميكي» موهوب فعلاً! لقد خمّن ثماني ورقات من أصل عشرة!


ولكنني سأتوقف الآن! أنا متعب!
نعم بالتأكيد! لقد كنت رائعًا حقًا!
أنتم أيضًا تحتفلون بالعام الدراسي الجديد؟


نعم! اسمي «بندق»... وهذا «ميكي» أعز أصدقائي!
حقًا؟


نحن نتدرب لنصبح طيارين فضائيين!
مرحبًا!
مرحبًا!


طيارون؟ رائع! أنا «كوكبة»! ما رأيك في سماع بعض الموسيقى؟
ماذا؟ احم... في الحقيقة...


هيا! لنذهب! استمع! يا له من لحن!
ولكن...


طيارو فضاء! إنها مهمة صعبة! ستجوبون المجرة كلها!
ليس هذا فقط! أنا و«بندق» سنستكشف الكون كله! وأنت ماذا تفعلين؟


أنا أدرس الأحياء الفضائية!
أنت، يا جميلة! ماذا تفعلين هنا؟ لم أعد أراكِ!


ماذا؟ أنا لا أعرفك!
تعالي معي وأعرفك على نفسي، هاهاها!


وإن كانت هي لا تريد ذلك؟


أهو أنت؟ لقد أردت فقط أن... أسليها ليس إلا!
حسنًا! ولكني أفضل أن تبقى بعيدًا!


هل سمعت؟
حسنًا حسنًا! **أوف!**


يا له من كريه!
ليس تمامًا! «دنقل» يكون خجولاً أحيانًا! ولكن... أين «بندق»؟


همف! كفى! لا أستطيع الاستمرار!
يا سلام! أليس هذا رائعًا؟


أنت يا زميل! هل تريد كسب بعض النقود؟ انظر هذه الفتاة هناك و...
هل تمزح؟ لقد أذابت الدوائر الكهربائية لثلاثة زملاء! ابتعد عني!


مرحبًا!
هيبه! مرحى مرحى! لقد أنقذتني!


هل تعرف «كوكبة»؟ إنها تحب الموسيقى كثيرًا!
حقًا!
مرحبًا!

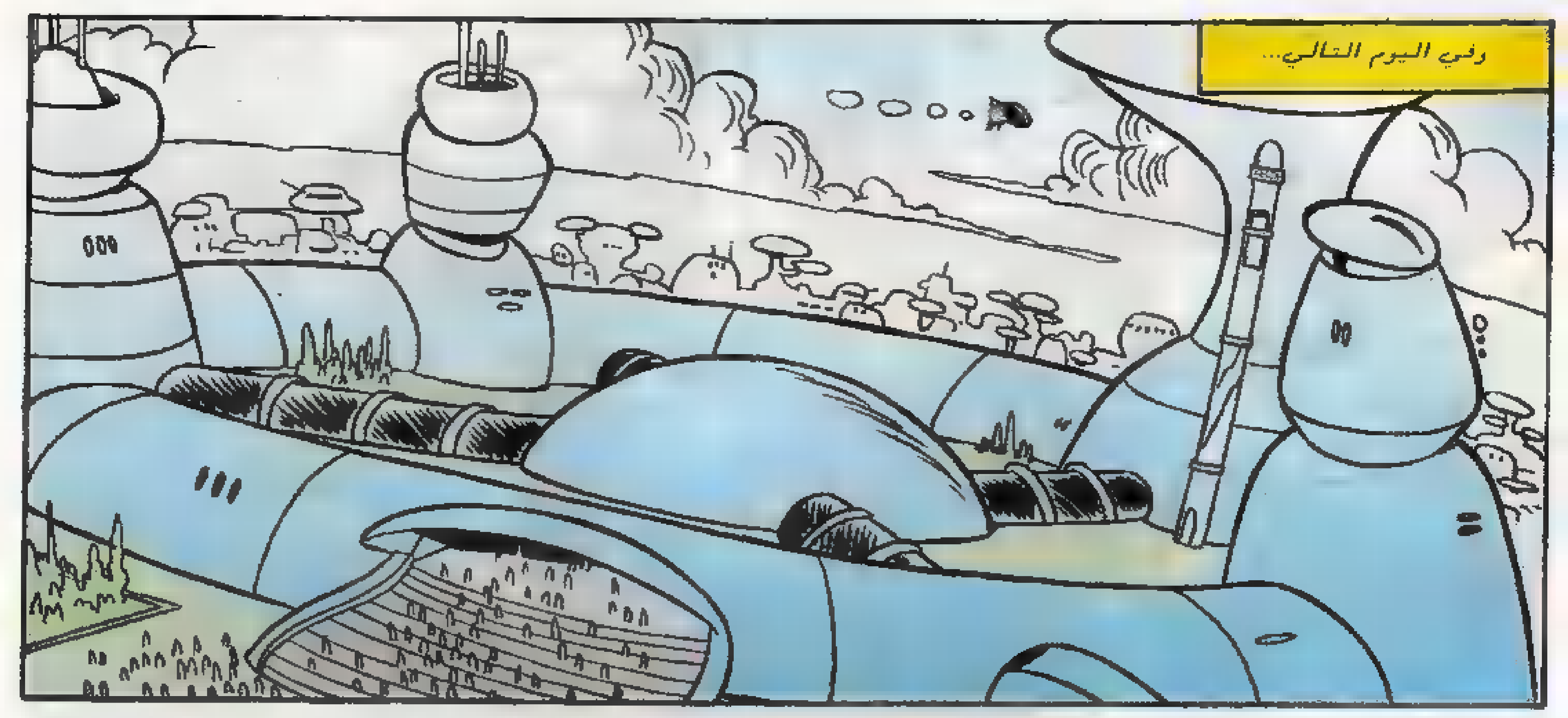

أنت أيضًا تتدرب لتصبح طيارًا؟
لا! سأصبح مهندسًا ميكانيكيًا!
هففف! أخيرًا أنا حر!


هه؟ ولكن أين ذهب الجميع؟


المكان هنا أفضل!
نعم! أنا أكره الضوضاء!


إذن غدًا سأراك في المدرسة، أليس كذلك؟
نعم!


أنا متشوق لبدء الدراسة!


وفي اليوم التالي...


عندي الآن درس في الملاحة الفضائية! هل سأراك بعده؟
حسنًا! لدي درس أحياء!

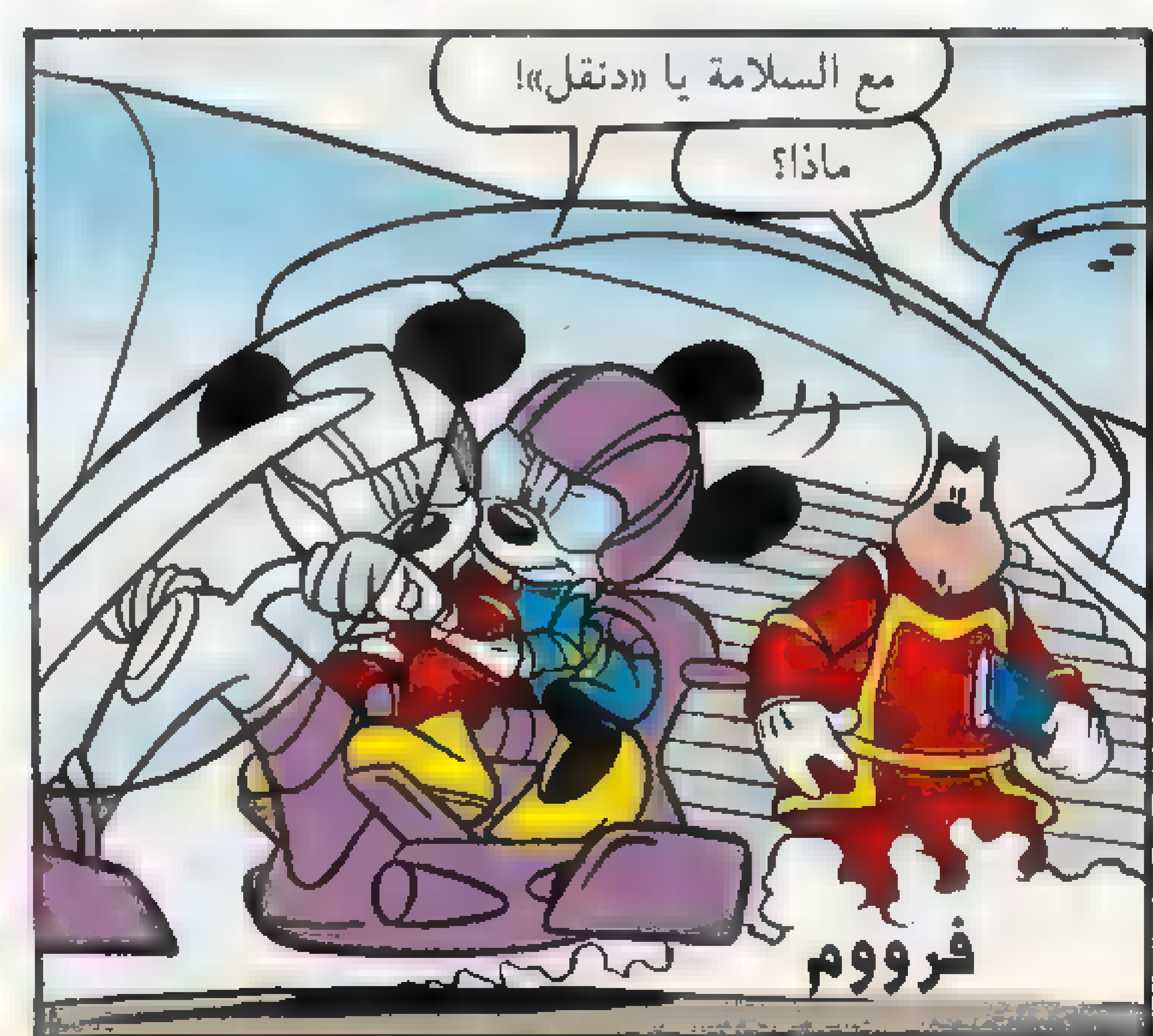

هاها! هل رأيتهما؟
ولكنها لم تهتم بك على أي حال!
أوف!


لا تهزأ مني وإلا ستندم! هل تفهم؟
نعم!


أنا لم أنتهِ بعد!


ولكن فيما بعد...
مرحبًا يا «ميني»! كنت أتساءل... هل تتأتين معي للحفلة الليلة؟
؟


آسفة يا «دنقل»! ولكني وعدت «ميكي» بذلك! ربما وقت آخر!


مع السلامة يا «دنقل»!
ماذا؟!
فرووم


تبًا! ذلك لـ «ميكي» يربح دائمًا! إنه سبب تعاستي!


لا يوجد لديك «سكوتر»، أليس كذلك؟
هه؟!


إذا كان لديك واحد، سيكون كل شيء أسهل بكثير!
هذا ليس من شأنك!



عسل مرآة جـ

العسل شفاء من كل داء، وهو غني بالفيتامينات التي هي مواد أساسية في الغذاء، يحتاج إليها الجسم؛ لأنها ضرورية جدا لنموه وبقائه سليما قادرا على القيام بوظائفه والمحافظة على حيويته وجماله، ولا بد من إمداد الجسم بهذه الفيتامينات عن طريق الغذاء؛ لأن خلايا الجسم غير قادرة على بنائها وتكوينها.
ونقص هذه الفيتامينات يؤدي للإصابة بأمراض تتفاوت في درجة خطورتها؛ ولأن الوقاية خير من العلاج، فيجب توفير الفيتامينات اللازمة لحماية الجسم ولا يوجد غذاء يشمل معظم الفيتامينات أفضل من النحل.

محتويات العسل

يتكون عسل النحل من السكر والماء والفيتامينات والأملاح المعدنية وبعض المواد البروتينية والخمائر والأنزيمات إلى جانب مواد أخرى.
وإذا أردت حديثًا رقميًا، فإن الماء يكوّن ١٨٪ من عسل النحل، وسكر الفواكه (فركتوز) ٤٠٪، وسكر العنب (جلوكوز) ٣٤٪، وسكر القصب (سكروز) ودكسترين وسكر شعير وسكاكر أخرى ٤٪، أما المواد البروتينية فهي تكون منه ٠,٢٪، والأملاح المعدنية ٠,٢٪، و١٥ نوعًا من الفيتامينات؛ لذلك فإن العسل غذاء كامل متكامل لا يخلو من كل فائدة.

قاتل الفيروسات

يعتبر العسل مضادًا حيويًا قويًا وفعالاً؛ لذا فهو قاتل للفيروسات، كما أنه يقوي جهاز المناعة بالجسم الذي يعمل على حمايته من الإصابة بالأمراض، والذي يقاوم الفيروسات ويطردها من الجسم بكل جهد، وقد شهد له في مضمار السرطانات والأورام الحميدة والخبيثة شهادة يعتد بها وإجمالاً للقول فإن العسل علاج شاف لكل أنواع الأمراض مثل حساسية الصدر (الربو) وقرحة المعدة وأمراض الدم (مثل فقر الدم) وغيرها.

طريقة تخزين العسل

من أهم مميزات العسل قدرته على الاحتفاظ بكل صفاته الطبيعية لمئات السنين إذا حفظ بطريقة صحيحة؛ لذا سنقدم إليكن الطريقة المثلى لحفظ هذا الغذاء الرائع:

١ - أواني الحفظ

يعبأ العسل في أوعية زجاجية أو فخارية مصقولة، واحذري



الأوعية المعدنية، فإن الحديد يتحد بسكر العسل وينتج مواد سامة، ومثله الخارصين (الزنك) يتحد بالأحماض المعدنية الموجودة بالعسل ويكوّن مواد سامة.

٢ - الرطوبة

يتأثر العسل بالرطوبة جدًا؛ ولذلك فإن نسبة الماء تزداد فيه إذا تعرض للرطوبة، وقد تصل نسبة الماء في العسل الذي تعرض للرطوبة إلى ٣٣٪ في حين أن العسل النقي لا تزيد نسبة الرطوبة فيه عن ٢٠٪، وتؤدي زيادة نسبة الماء في العسل إلى تخمره وتلفه، ولهذا السبب لا ينصح بحفظ العسل في الثلاجة؛ نظرًا لارتفاع نسبة الرطوبة داخلها.

٣ - درجة الحرارة

يمكن تخزين العسل دون خوف عند درجة حرارة لا تزيد عن ١٢ درجة مئوية، وإذا تعرض لدرجة حرارة أعلى من ذلك، فهناك خطر كبير بتحلل الفيتامينات وفقدان ما به من أنزيمات مفيدة للصحة العامة.

٤ - الضوء

يؤثر الضوء تأثيرًا بالغًا في العسل، حيث يفقده المادة الموجودة فيه والمانعة لتشكيل الكوليسترول، إن تعرض العسل للضوء المباشر يحلل المادة القاتلة للجراثيم التي يحتوي عليها العسل.

الطريقة المثلى لكشف الغش في العسل

للحصول على نتائج أكيدة عن جميع مكونات وخصائص العسل، يجب عمل تحليل عينة في إحدى المختبرات المتخصصة، لأن المختبر يعطي نتائج شاملة عن مكونات العسل مثل: اللون والرائحة والطعم ودرجة النقاء والرطوبة والسكريات المختزلة والسكروز والحموضة والمواد الصلبة غير الذائبة ونسبة الرماد والمصدر الزهري والفحوص الجرثومية... وغيرها.



السوبر ماركت

إتيكيت

حتى في السوبر ماركت، لا بد أن نراعي أصول التصرف السليم ونلتزم بالذوق وجمال الأخلاقيات..

أثناء تسوقك في السوبر ماركت انتبهي للآتي:

- ادخلي من الباب الخارجي بهدوء، وبدون أن تدفعيه بعنف وبقوة.
- توجهي بهدوء إلى مكان العربة أو الترولِّلي الذي ستضعين فيه الأغراض التي ستشترينها، ولا تدافعي أو تسابقي أحدًا في الحصول عليها.
- إذا كنت ستشترين أشياء قليلة أو خفيفة، فمن الأفضل أن تستعيني بالسلة ولا داعي للعربة أو الترولِّلي.
- تجولي بين الأرفف بهدوء، لتعطي فرصة للآخرين للتركيز فيما يشترون.
- عند دفع الحساب قفي في دورك ولا تدافعي أحدًا أو تأخذي دوره.
- تذكري ألا تذهبي لدفع الحساب إلا و أنت قد أحضرت كل ما تريدينه، فليس من اللائق أن تتركي أغراضك عند الكاشير وتذهبين لاحضار أشياء قد نسيتها.

باتباعك هذه الخطوات ستتركين انطباعًا حسنًا عنك عند كل من هم حولك.



فرشاة الأسنان

إن فرشاة الأسنان اختراع عظيم ، حيث ساعد ظهورها إلى التقليل من عملية تسوس الأسنان ، وقد لحق هذا الاختراع فيما بعد «معجون الأسنان »، والذي ساعد كثيراً في تطور عملية تنظيف الأسنان والمحافظة عليها.

وظيفتها

يرى البعض أن السبب الرئيسي للاهتمام بعملية تنظيف الأسنان بالفرشاة هو إزالة بقايا الطعام من الفم.. وهذا ليس صحيحًا؛ فالفرشاة وإن كانت تزيل بقايا الطعام من الفم إلا أن الهدف الرئيسي من وراء تفريش الأسنان هو إزالة (البلاك) ،وهو الطبقة الجرثومية الدقيقة غير المرئية الملاصقة للأسنان التي تحتوي على البكتريا الضارة التي تتكون على الأسنان. وتتحد هذه الطبقة مع السكريات الموجودة في الفم بعد الأكل لتنتج ما يعرف بالحمض الذي يهاجم طبقة (المينا) مسببة حدوث التسوس، كما أنها تؤثر تأثيرًا شديدًا في حدوث أمراض اللثة.

الفرشاة النموذجية

ينصح معظم أطباء الأسنان باستخدام فرشاة ناعمة... أو متوسطة النعومة على الأقل، وتكون حزم الشعيرات متقاربة... وسطحها مستويًا ورأسها صغيرة حتى تتمكن من الوصول إلى جميع الأسنان.

ويفضل أن تكون قبضة الفرشاة مستوية.. وكـذلك الشـعيرات... ذلك أن التواءها يجعلها قليلة الفاعلية.

والآن بعد أن تعرفت على الفرشاة النموذجية لتفريش الأسنان، لا تنسي أن تفرشي أسنانك ثلاث مرات باليوم لتحصلي على أسنان نظيفة وصحية.


أنا أريد مساعدتك، فأنا أراقبك منذ فترة!


إنك مجتهد! نحن نبحث عن أمثالك منذ زمن بعيد!
لماذا؟


لنكسب المال! وعندها يمكنك شراء سيارة!


وماذا سأفعل في المقابل؟
تستمع فقط! تعال معي وسيشرح لك الرئيس كل شيء!


هل أنت متأكد من حدوث كل هذا؟ من غير المعقول أن العصابة نشطت حتى داخل الأكاديمية!
هذا ما يبدو! الوثائق غير واضحة!

ولكن من المؤكد أنهم اجتمعوا في مخزن قديم في «المنطقة ٢٢» حيث قابل «دنقل» رئيسة العصابة لأول مرة !

امرأة؟ هل تقول إنها...

ششش! اصمت واسمع!

هل أنت متأكد أننا يمكننا الوثوق به؟






في مختبرات الأكاديمية يخترع الطلبة أشياء سخيفة، هم لا يصنعونها ليكسبوا مالاً، ولكننا نفعل!
أحضر لنا أي أوراق تهمنا وسيكون لك عمولة كبيرة!
الآن فهمت...
نعم ! لقد فهم بسرعة لأنه شرير ! وعقدوا الاتفاق وابدأ العمل..
وبعد شهر فقط، شاهد الجميع كم كان هذا الاتفاق مثمرًا!
مرحبًا يا صغيرة! ألا تريدين التنقل بوسيلة أكثر راحة؟
!؟



ولكن لا تتأخري في القرار فعندها سأكون بعيدًا جدًا! **هاها!**





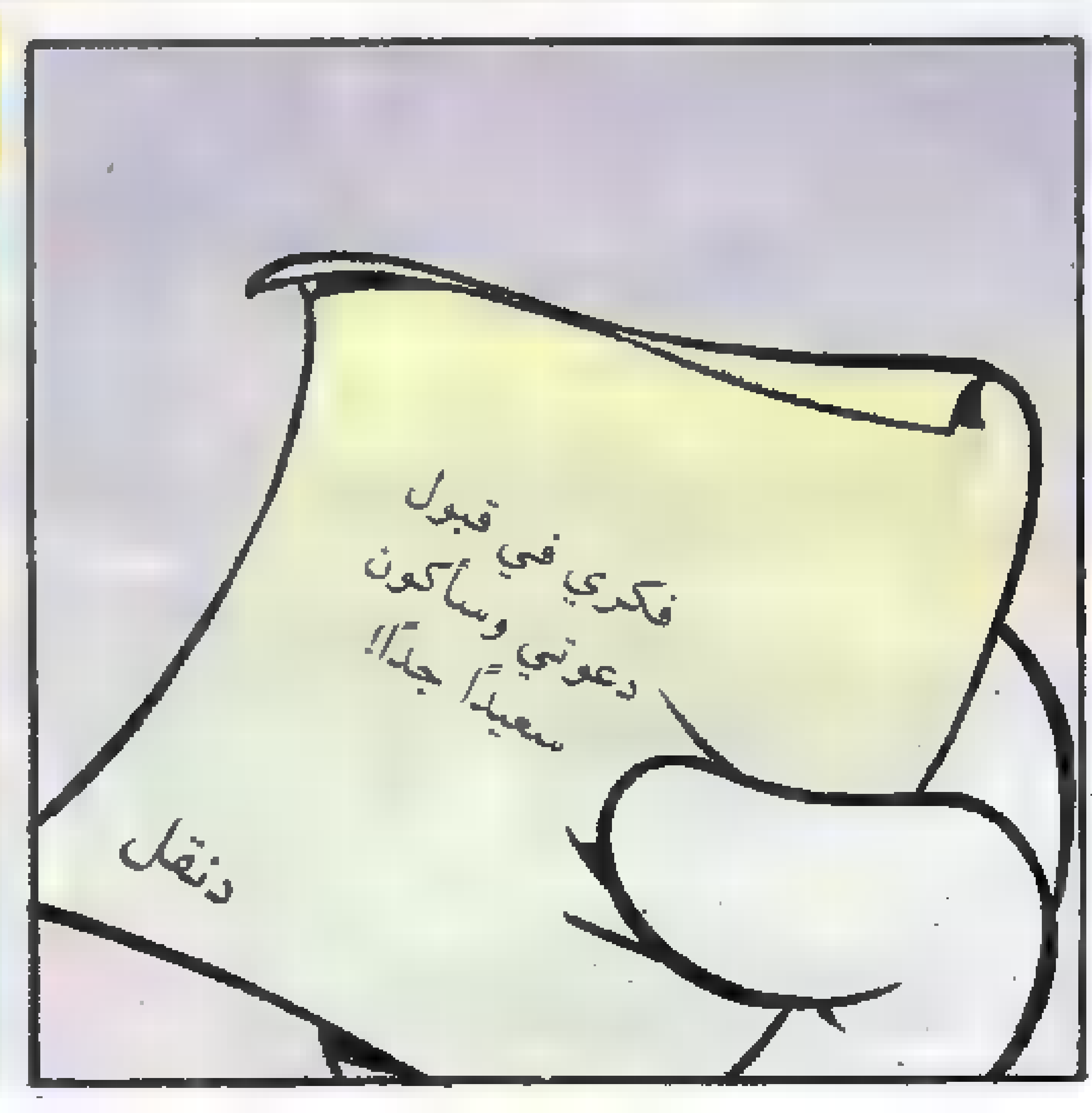



ولكن ماذا تريد منها؟ إنها فتاة سخيفة!
ليست هذه هي المشكلة!


لقد أهانتني «ميني» أمام الجميع عندما رفضت دعوتي، ولا يمكنني قبول ذلك!


يجب عليها أن تستسلم عاجلاً أم آجلاً!
يبدو أنك مصرّ فعلاً!

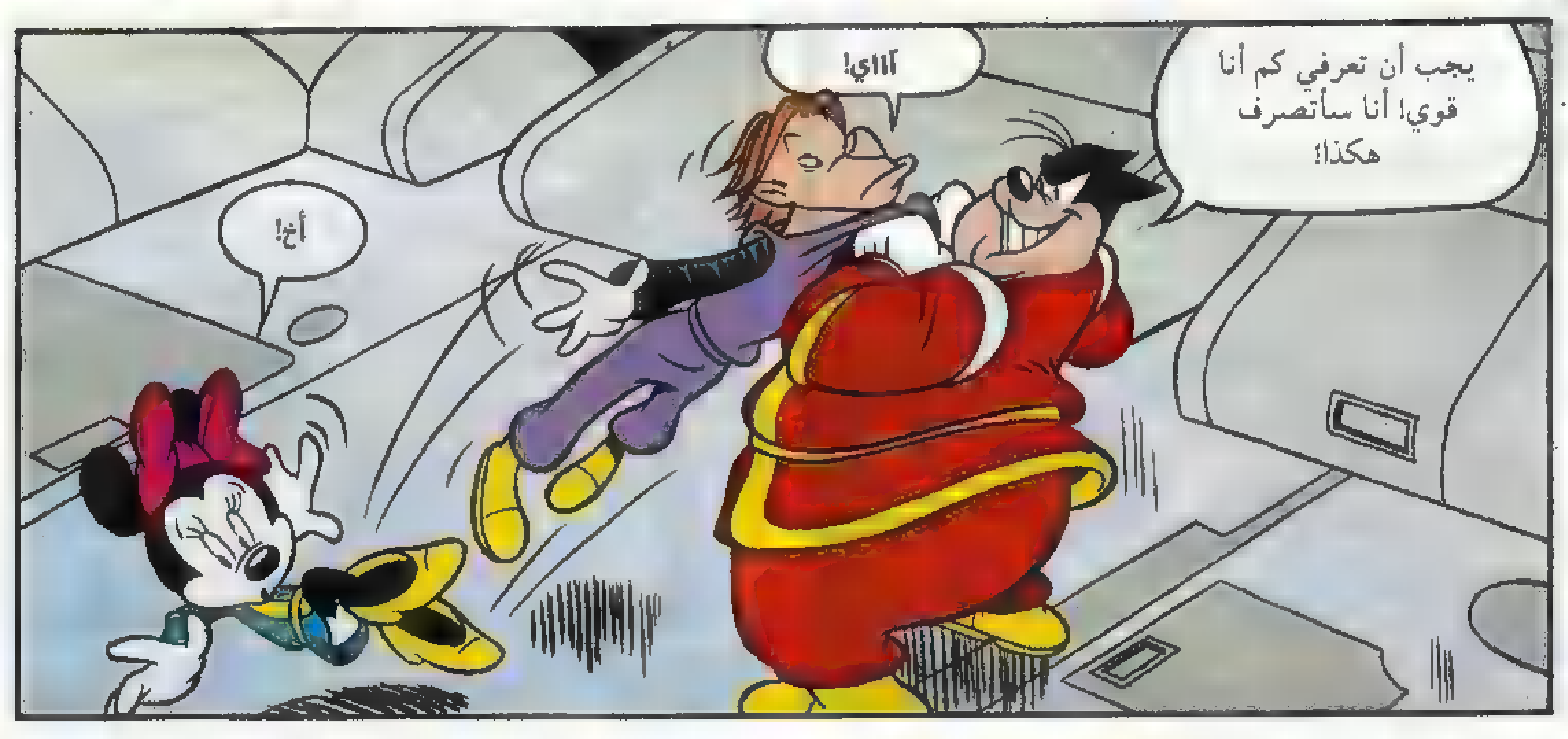

وفي الوقت نفسه...
مرة أخرى؟ هذه الباقة الخامسة هذا الأسبوع!


فكري في قبول دعوتي وسأكون سعيداً جداً!
دنقل


ولكن...
أراك غداً!
مع السلامة!


مرحبًا يا صغيرة!
هه؟


ماذا تريد؟ دعني وشأني!
لا أحد يمكنه حمايتك الآن! ماذا ستفعلين؟


يجب أن تعرفي كم أنا قوي! أنا سأتصرف هكذا!
آآاي!
أخ!


لقد كنتم شركاء! اتركوني وشأني! أفهمتم؟
بالطبع! أردت فقط أن أجعلك تفهمين شيئًا!


يجب أن لا تخالفيني! هل فهمت؟


تلك الفتاة عنيدة حقًا! أليس كذلك؟
تلك الفتاة غنية أيضًا! علمت أنها ابنة أخت أحد الأثرياء!


سأضرب عصفورين بحجر واحد! **هاها!**
صح!


لاحقًا...
إنه مصمم يا رئيسة! لن يغير رأيه بسهولة!
هل أنت واثق؟


بالطبع! هذه الفتاة تشغله! وهذا يشكل خطرًا علينا!
يا له من غبي! لو أنه فقط انتبه لي!


ليس لدينا وقت كاف، أليس كذلك؟
لا تقلق! أنا أعرف ما أفعله!


في اللحظة المناسبة سأعرف كيف أتصرف!


ولكن بالطبع لابد لـ «ميكي» أن يتصرف...
كنت أبحث عنك! يجب أن نتحدث!
!?


لقد أخبرتني «ميني» بكل شيء! يجب أن تتوقف عن مضايقتها!
أنا أفعل ما أريده!


أنا فقط أسليها! ليس ذلك ممنوعًا!
المبالغة هي الممنوعة... وعلى أي حال لقد أعطتك رأيها!


تحدث عن نفسك فقط!
وعندي موضوع آخر نناقشه!


كيف أصبحت غنيًا هكذا؟ أنت لا تعمل! هل كسبت في إحدى المسابقات؟


هه! نعم! احم! ولكن هذا ليس من شأنك!
ممم... أشعر أنك تكذب!


هذه الورقة خرجت من المختبر، أليس كذلك؟
هه؟
...

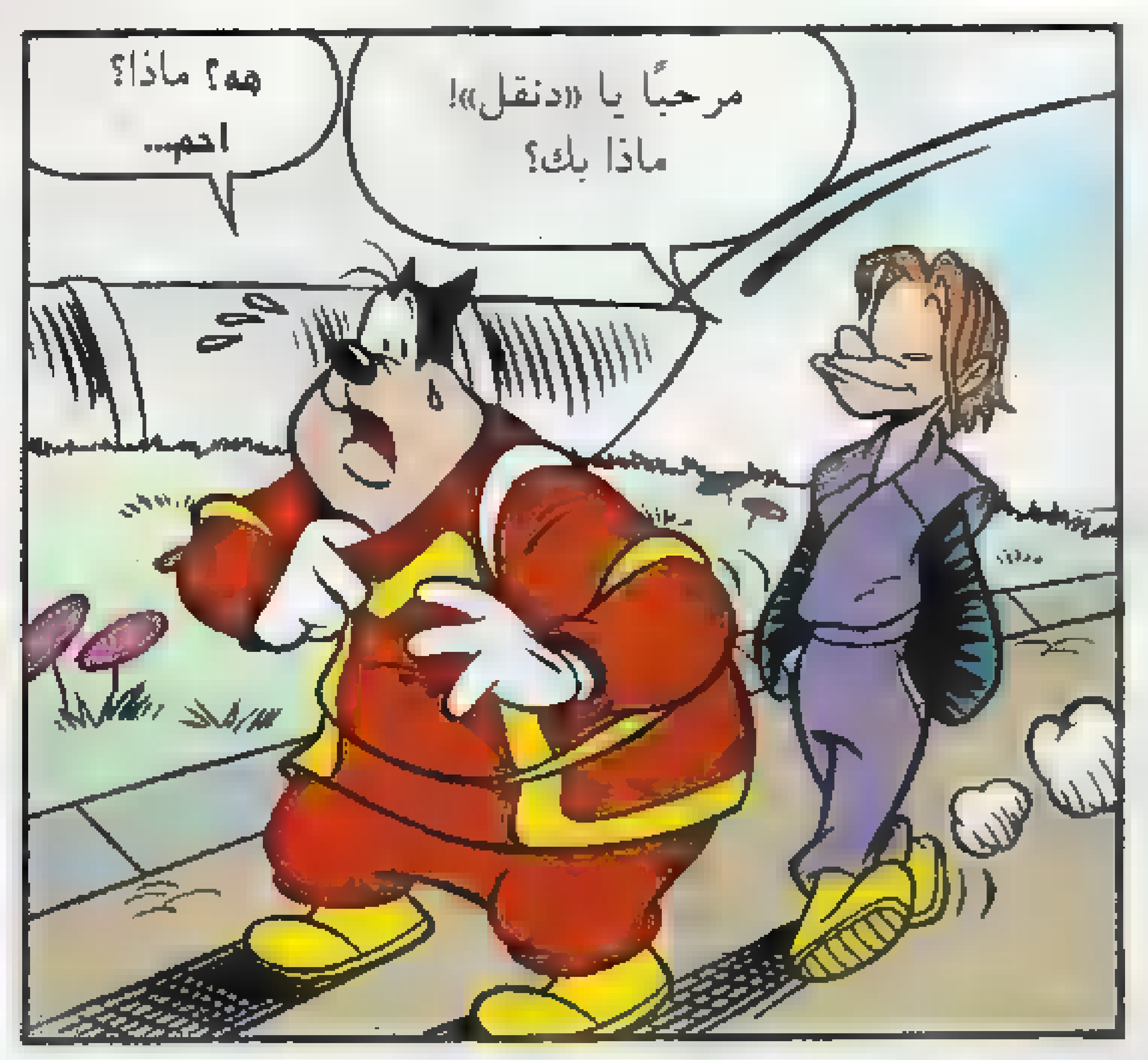

لا شيء مكتوب عليها! لا بد أنني وضعتها في جيبي دون أن أشعر!
صح! ولكنها تذكرني بشيء ما!


في مختبر الآليين كنا نعمل في تجربة جديدة...


وقد سمعت أن أحدهم تسلل إلى المختبر منذ عدة أيام! غريب أليس كذلك؟
ماذا تعني؟ أنا لا أفهـ...


أرجو أن تكون هناك بعض الأوراق الأخرى قد بقيت في جيبك!
هه؟ يجب أن أذهب! أنا لا أفهمك...


أنا أفهم! مع السلامة يا «دنقل»!
؟


مرحبًا يا «دنقل»! ماذا بك؟
هه؟ ماذا؟ احم...


هذا الفأر يشك في شيء! أخشى أن يعطل خططنا!


بالإضافة إلى أنه يعرف عني أموراً قديمة! يجب أن ألتزم الصمت لبعض الوقت!
ماذا تقول؟ نحن نحتاج إلى المشاريع الجديدة!


يجب أن تتصرف معه! اجعله يفهم أنه يجب عليه ألا يتطفل عليك!
من الصعب إخافته...


ولكن ربما كانت هناك طريقة... يمكن الأسبوع القادم! هاهاها!



هدية جميلة

لوني الخانات الموجودة بها دائرة سوداء وسوف تعرفين ما هي الهدية؟

كلمة أناناس

هل تستطيعين أن تجدي أكثر من كلمة مؤلفة من حروف كلمة أناناس؟

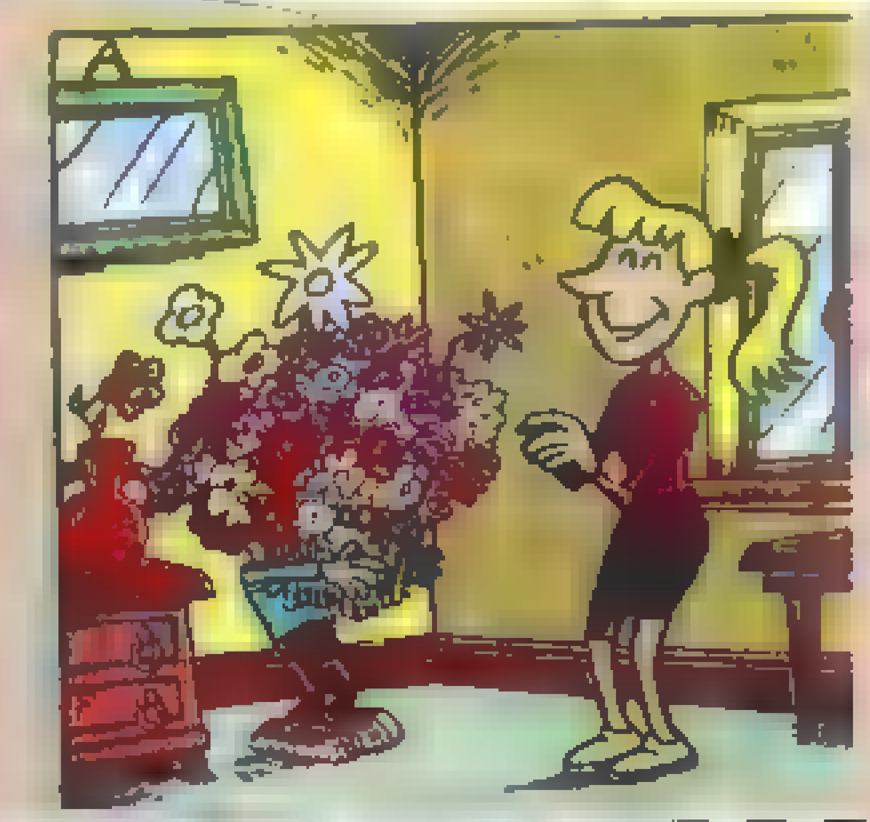
ميني والشفرة

ساعدي «ميني» في
حل هذه الشفرة
كي تعرفي حكمة
مفيدة.

ث ب ل ا ي ل ا

الاختلافات

يوجد ٧ اختلافات بين هذين الرسمين.. هل يمكنك التعرف إليها؟







ضعي صورتك هنا

الاسم:.................. العمر:..................
شخصيتك المفضلة :..................
الهوايات:..................
العنوان:..................
رقم الهاتف:..................



جيلي



يعتبر الجيلي من أنواع الحلويات الهلامية اللذيذة جدا عندما تأكل وهي باردة.. وبمناسبة قدوم شهر الصيف ، نقدم لكن هذه الوصفة السهلة لعمل الجيلي.

المقادير:

١- ١/٤ كجم فراولة طازجة ومقطعة إلى أرباع ٢- علبتان من جيلي الفراولة

٣- بعض قطع الكيوي للتزيين ٤-ملعقتان كبيرتان من السكر

٥- ٢كوب ماءمغلي ٦-١كوب ماء بارد

الطريقة:

١- يذاب الجيلي والسكر في الماء المغلي ويضاف إليها كوب من الماء البارد.

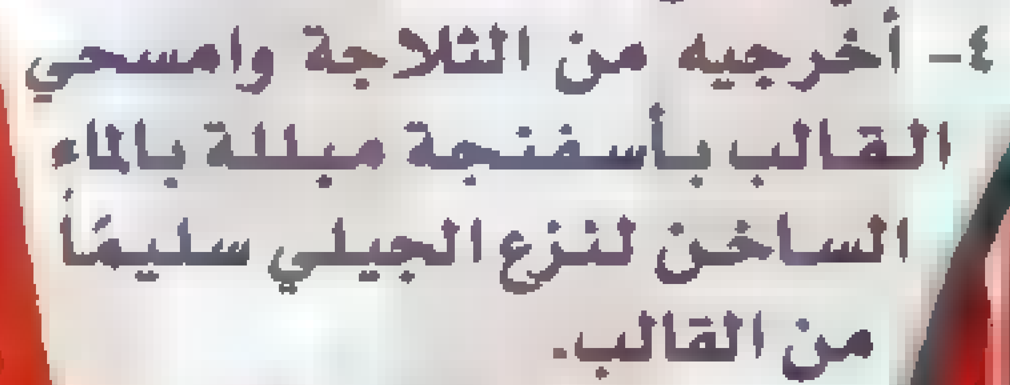
٢- أضيفي قطع الفراولة إلى المزيج قبل أن يتماسك.

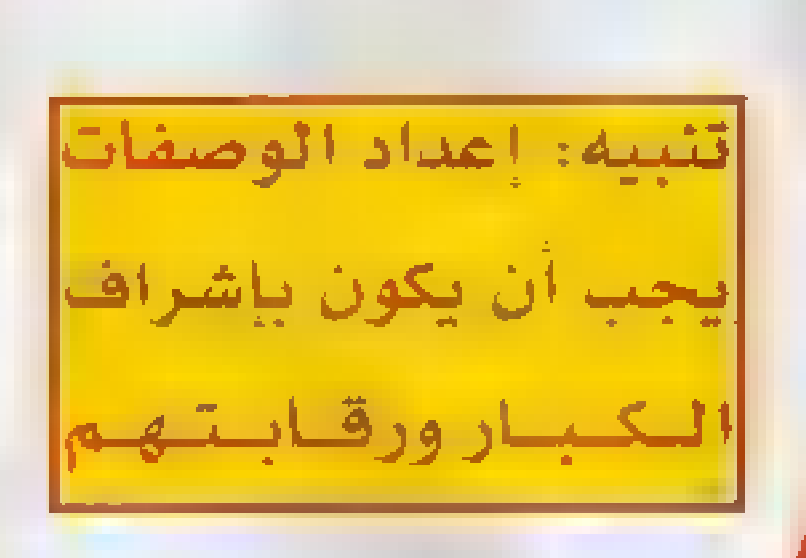
٣- صبي المزيج في قالب مبلل بالماء، وضعيه في الثلاجة حتى يبرد ويتجمد تمامًا.

٤- أخرجيه من الثلاجة وامسحي القالب بأسفنجة مبللة بالماء الساخن لنزع الجيلي سليمًا من القالب.

٥- ضعيه في صحن خاص وزينيه بالكيوي.

والآن أصبح الجيلي جاهز للتقديم.





تنبيه: إعداد الوصفات يجب أن يكون بإشراف الكبار ورقابتهم



كيف أحافظ على رشاقتي؟

صديقتي العزيزة:
إن المشكلات أمر يعاني منه كل شخص، كبيراً كان أم صغيراً. فإذا واجهتك مشكلةً فلا تيأسي من إيجاد حل لها فهذه الصفحة مخصصة لك أنت وصديقات ميني العزيزات للتواصل معاً ومحاولة فهم ما يضايقك وتبسيطه، وإيجاد الحل المناسب له.فلا ترددي أبداً في إرسال مشكلتك وسوف نقوم بنشر الحل المناسب. مع تمنياتي لكن جميعاً بحياة سعيدة وهادئة.

عزيزتي «ميني»...

إن وزني معتدل ولكنني أشعر أن وزني بدأ يزداد وأخاف كثيرًا من الوزن الزائد، فكيف أحافظ على وزني؟

ولاء

للمراسلات: الكويت - مجلة ميني - ص.ب ٢١٨٠٠ الصفاة الرمز البريدي: 13076 البريد الإلكتروني: (E.Mail) manal@alqabas.com.kw

صديقتي العزيزة: إن المحافظة على الرشاقة هو ما تسعى إليه كل فتاة، والمحافظة على الوزن هو الحل السليم لعلاج مشكلة البدانة لأن الوقاية خير من العلاج، بمعنى ألا ننتظر حدوث المشكلة ثم نبحث لها عن الحل. بل يجب أن يحافظ الفرد على وزنه ورشاقته منذ البداية حتى لا يعاني في المستقبل من البدانة وأضرارها الجسيمة. وتكون المحافظة على الرشاقة بابتعادك عن تناول الأطعمة الدسمة مثل الحلويات والشوكولاتة والآيس كريم، وكذلك الساندويتشات (البرجر والهوت دوج وغيرها) وكذلك البطاطس المقلية. وهذا لا يعني الحرمان من هذه الأشياء بل يكون تناولها بكميات قليلة وعلى فترات متباعدة، ولا تنسي عدم الاكثار من شرب المياه الغازية لأنها تحتوي أيضا على سعرات حرارية كثيرة ،ويمكنك استبدالها بتناول الفاكهة والخضروات لأنها مفيدة وصحية ولا تسبب أي زيادة في الوزن، عليك بممارسة الرياضة لأنها مفتاح الرشاقة، فبها يحرق الجسم السعرات الحرارية ويتمتع بالحيوية والنشاط، وحتى إن لم تقللي من كميات الطعام التي تتناولينها فإن الرياضة تضمن أن يظل وزنك ثابتا، وأفضل أنواع الرياضة المشي، لأنه يناسب جميع الأعمار وجميع الحالات، فاحرصي على المشي لمدة نصف ساعة ولو لثلاثة أيام أسبوعيًا وتذكري أن الاستمرار في ممارسة الرياضة ضروري جدًا، فالرياضة لن تؤتي ثمارها إذا لم تداومي على ممارستها.



وردات من المصاصات

ورشة ميني

أقدم لكِ فكرة جميلة ممتعة وفي النهاية ستفوزين بالمصاصة اللذيذة

المواد المستخدمة:

- ورق مقوى ملون (أحمر وأخضر)
- مقص
- مصاصات
- صمغ

الطريقة:

١- قصي الورق الملون على شكل قلوب والصقيها في مغلف المصاصة.

٢- لعمل الأوراق، اثني الورقة الخضراء وقصي شكل الورق واتركي النصفين ملتصقين.

٣- افتحي ورقة الشجر وضعي عصاة المصاصة في الوسط والصقي الورقتين معًا.

يمكنك ابتكار أشكال أخرى غير القلوب.

والآن أصبح لديك مصاصة مميزة من صنع يدك

تنبيه: تنفيذ هذه الخطوات يجب أن يكون تحت إشراف الكبار ورقابتهم



صيفك في ملابسك

الصيف له ملابسه الخاصة وألوانه المشرقة... يطغى عليه اللون العادئ الذي يمنحك شعورًا بالبرودة ويخفف عنك حدة الشمس وأشعتها الحارقة.

ولكي تشعري بالراحة أثناء حركتك ودون أن تنزعجي أو تتضايقي من عرق الصيف ننصحك بالتالي:

■ ابتعدي عن الألوان الساخنة: كالأحمر، والأصفر، والبرتقالي؛ فقد سميت بالألوان الساخنة لأنها مستمدة منُ ألوان الشمس، والحديد المنصهر، ومن المواد الناتجة عن البراكين فكلها تعطيك شعورًا بالحرارة.

■ ارتدي الألوان الباردة: كالأزرق والأخضر والزهري فهي تعطي شعورًا بالبرودة ،فأنت بالتأكيد تريدين التخفيف من حدة الشمس فتلجئين إلى ظل شجرة خضراء وارفة الظلال، أو تهربين إلى السباحة في مياه البحر بلونه الأزرق المنعش.

* اختاري الملابس الفضفاضة قليلاً لتمنحك سهولة الحركة وكي لا يظهر عليك أي أثر للعرق.

* اختاري الملابس القطنية فهي تمتص الحرارة بشكل أفضل من غيرها.

* اجعلي ملابسك أكثر بساطة وخاصة عند خروجك للتنزه أو الرحلات فهذا يعطيك شعورًا بالراحة أكبر.

* إذا أردت السباحة فاختاري وقت غروب الشمس، حين تكون المياه دافئة والنسيم عليلاً ومنعشًا، فبعد المغرب يظل البحر محتفظًا بحرارة الشمس التي امتصها طوال النهار قبل أن يعود لبرودته المعتادة بالليل.

■ حاولي ارتداء الملابس الخفيفة كالتي شيرت عند قيامك بأي نوع من أنواع الرياضة كالمشي أو الجري وذلك لكي تعطيك نوعًا من البرودة وتمتص العرق.

مع تمنياتي لك بصيف مشرق جميل.

وبعد أسبوع...

غداً سنغادر إلى درس عملي عن الأحياء الفضائية، كوكب «زاك» سيكون موقعًا رائعًا للبحث!

ستذهبون في أزواج في مركبات منفصلة، دوّنوا ملاحظاتكم على دفتر الاختبار!

رائع! نحن سويًا!

ممتاز!


نحن على المدار الرئيسي! ستنزل المركبات بالتتابع على الكوكب!


تحرك! المجموعة الثانية تقترب!
لقد أوشكت على الانتهاء!


انتهيت! سيدفع ذلك الفأر ثمن تحديه لي!
لنذهب الآن!

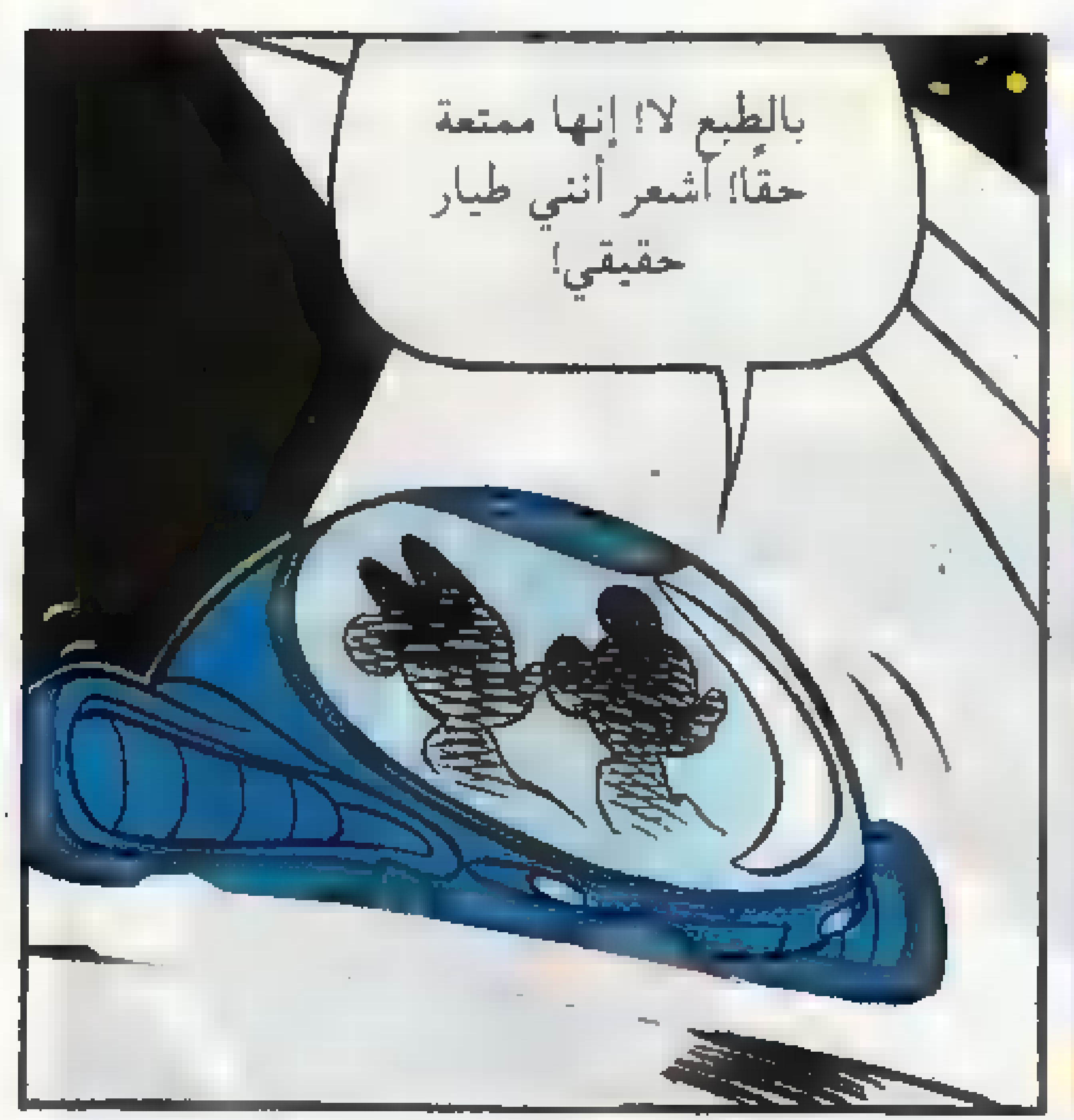

كيف نجحت في الصعود إلى المركبة؟
لقد حصلت على بطاقة أحد عمال الصيانة هاها! كنت تحتاج المساعدة أليس كذلك؟


«ميكي» و«ميني» على المركبة اثنان وثلاثين!
ماذا؟
٣٢


علي أن أذهب معه!
ربما غيروا القوائم!


خسارة يا «بندق»، هيا بنا يا «ميني»!
أنت لا تهتم للأمر، أليس كذلك؟


رائع! أليس كذلك؟
هل تعمل أوتوماتيكيًا؟ هل هي خطرة؟
استعدوا للإقلاع...


بالطبع لا! إنها ممتعة حقًا! أشعر أنني طيار حقيقي!


ماذا؟ «ميكي» و«ميني» على المركبة نفسها؟ كيف حدث هذا؟
لا أعرف!


لقد غيروا القوائم! لا أريد أن تتعرض «ميني» للخطر! يجب أن أخبرهم قبل أن...
انتظر!

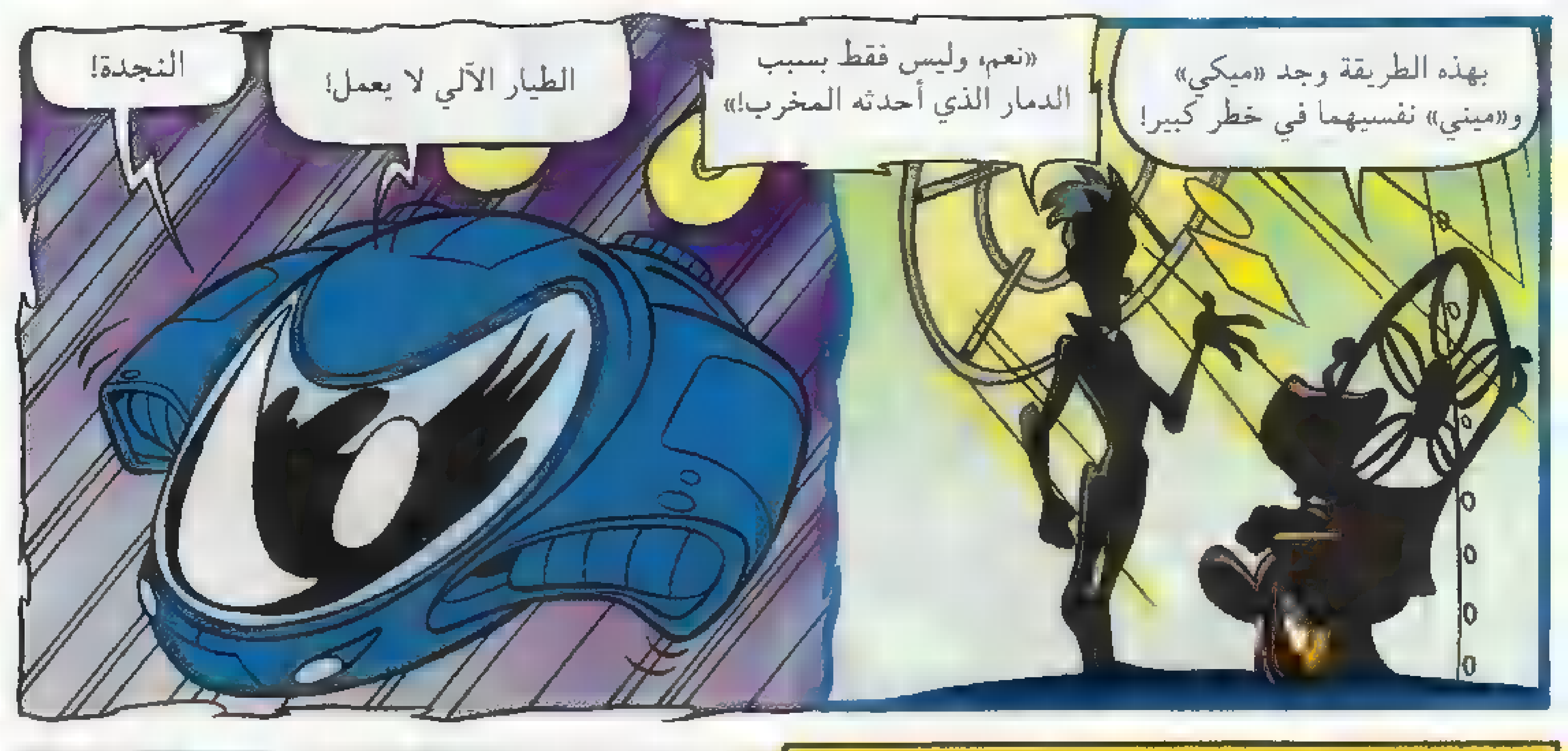

إذا أطلقت الإنذار سيعلمون أنك مخرب المركبة! هل تريد الذهاب للسجن؟
هه؟ لا! ولكن...


إذن اهدأ! لقد خرج الأمر من أيدينا!
ولكن...


ماذا .. ماذا .. يحدث؟


كل شيء على ما يرام يا رئيسة! الخطة تسير جيداً!
هل أنت متأكد؟

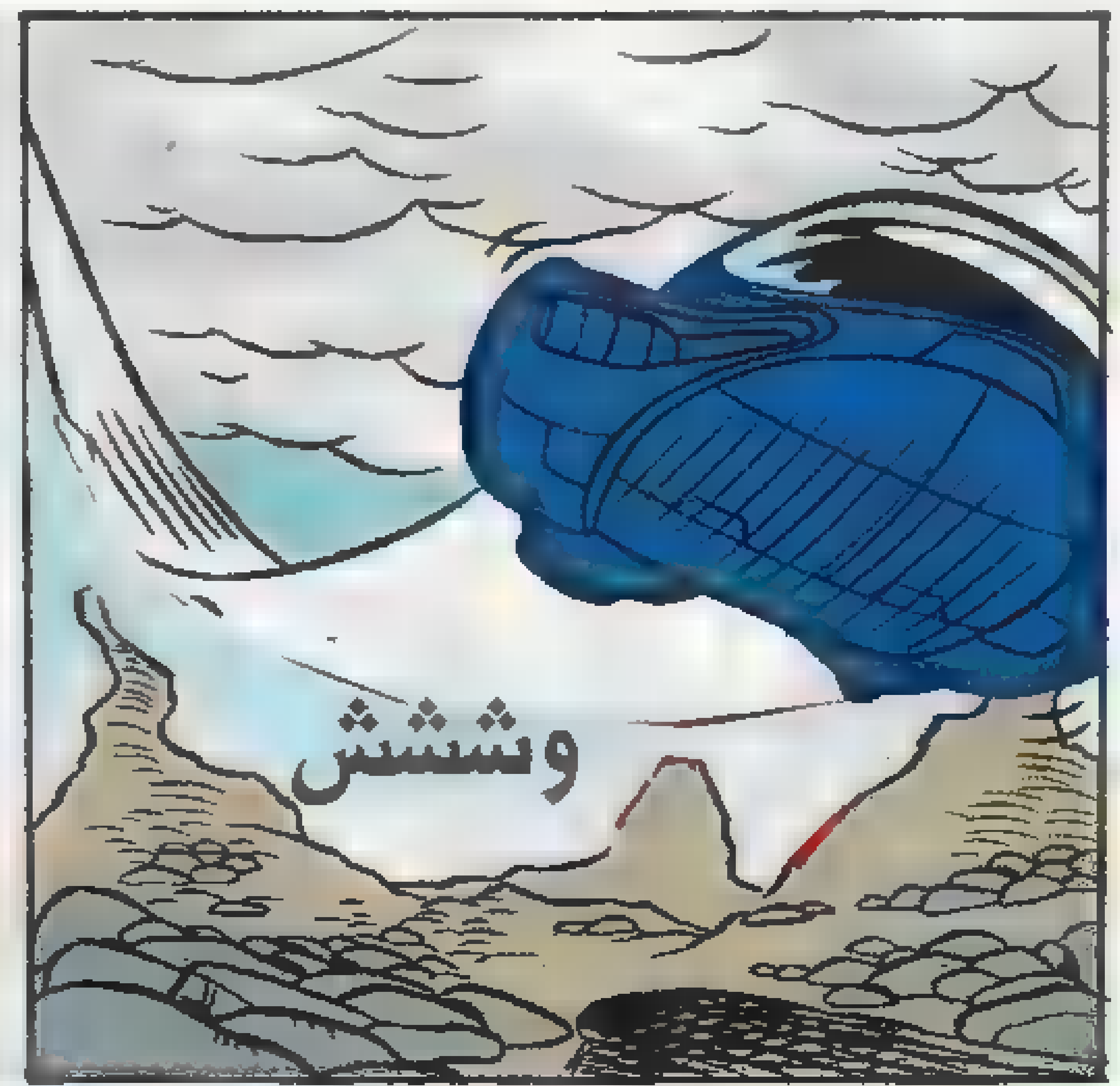

لم ينتبه إلى أنني غيرت القوائم! المركبة تحوي الاثنين اللذين نهتم بأمرهما!
ممتاز!



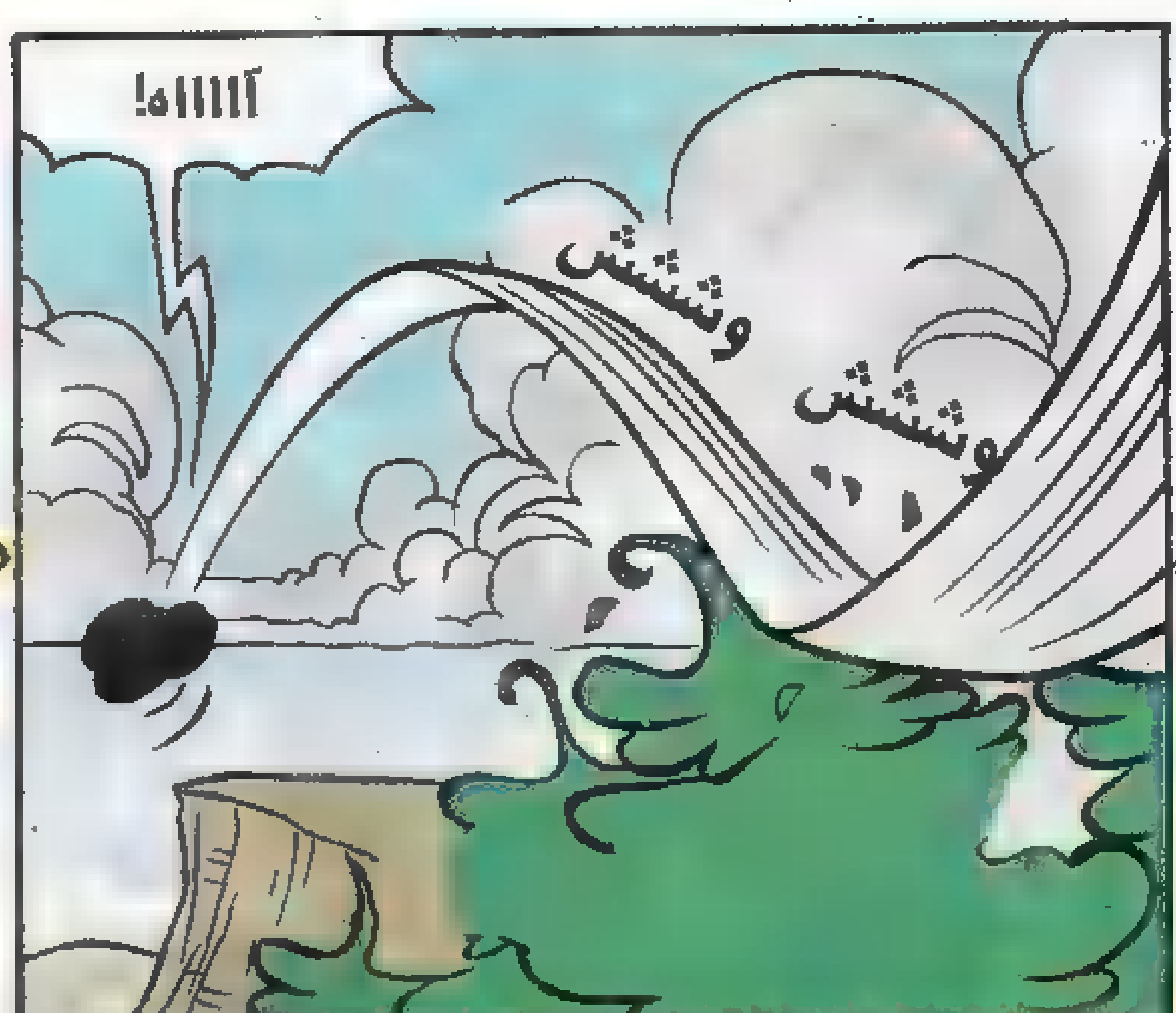
«... ولأنهما انحرفا عن المسار، وجدا نفسيهما في وسط عاصفة فضائية غير متوقعة ! »



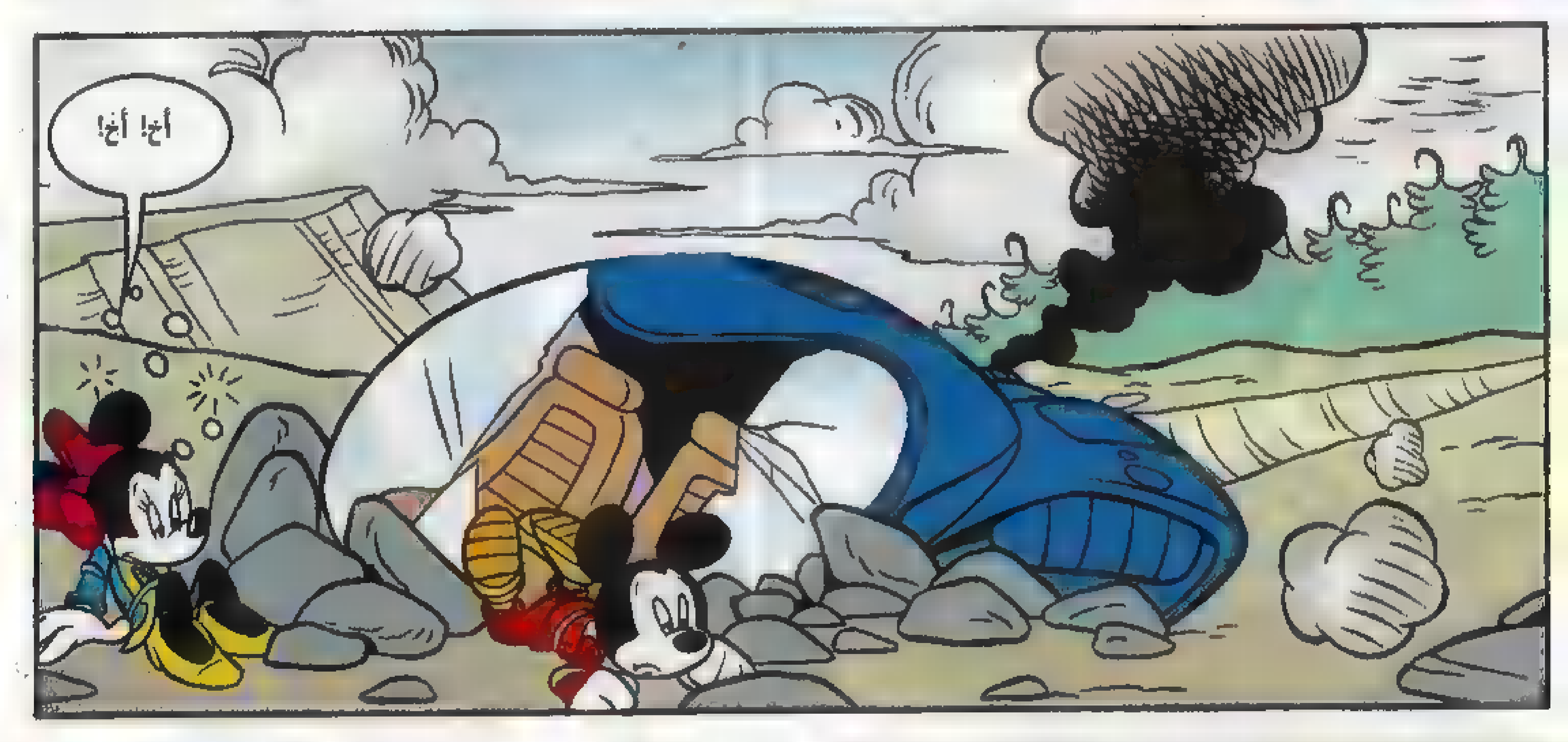


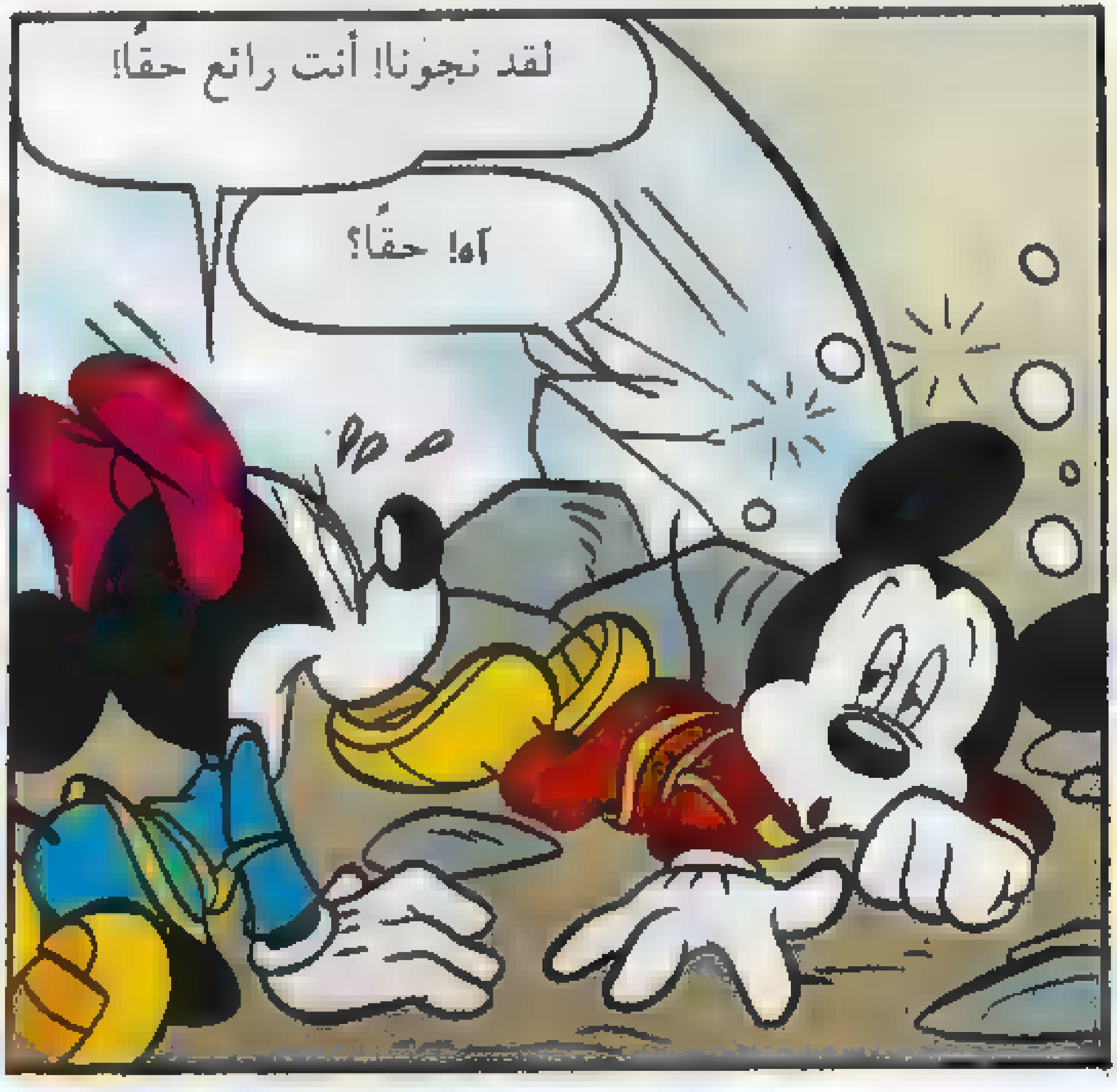





آآآآآه!
وششش وششش


طراااخ
بوووم


أخ! أخ!


لقد نجونا! أنت رائع حقًا!
آه! حقًا؟


ولكننا ضعنا في منطقة غير مكتشفة!

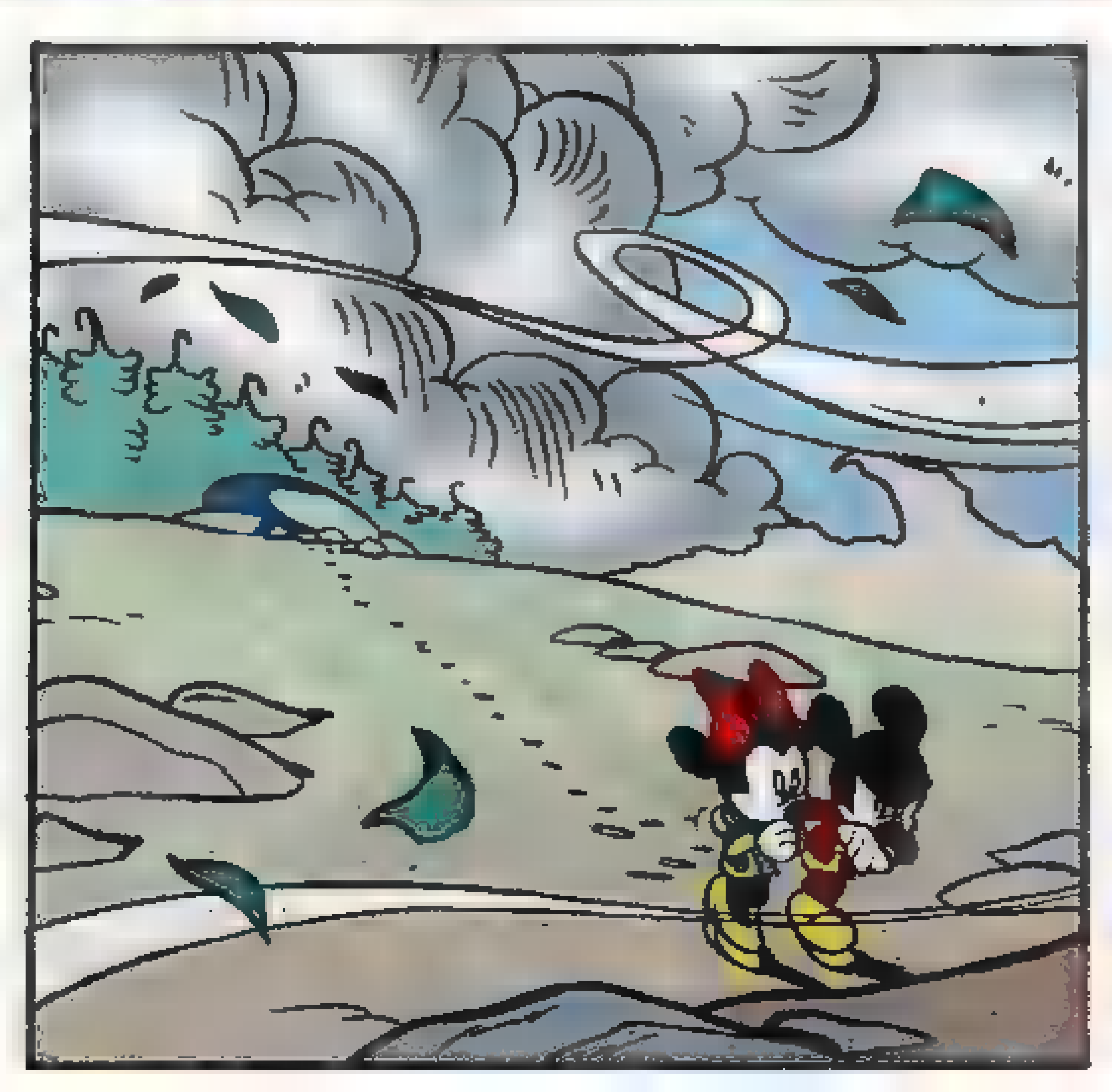

اللاسلكي لا يعمل! وجهاز التحكم أيضًا! يا لها من ورطة!
ماذا؟ هل تعني أننا...

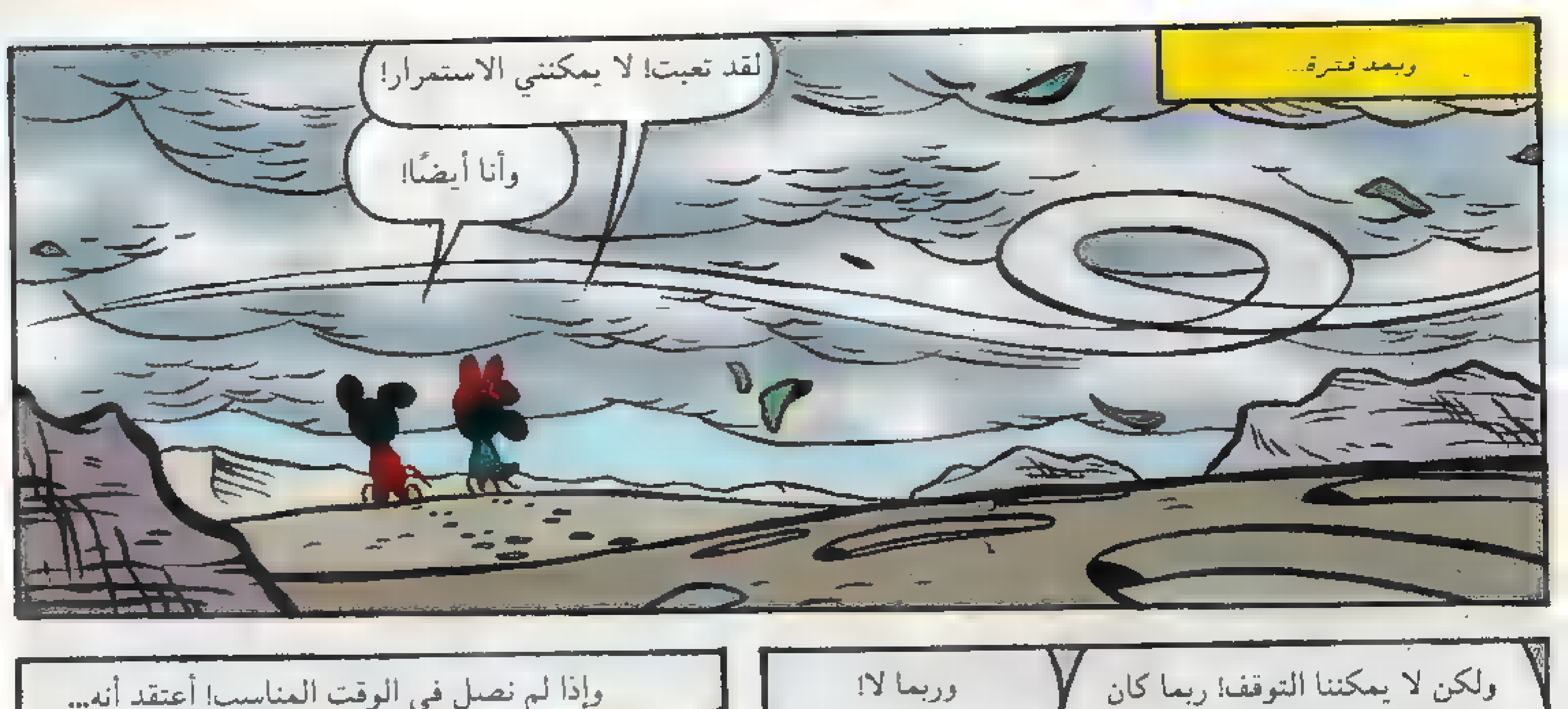

ربما خرّبها أحد ما... قد تمر أسابيع قبل أن ينقذنا أحد!
يا للهول!


إن العاصفة التي تجاوزناها تقترب! ولا أعرف ما مقدار شدتها على كوكب صغير كهذا!


الحل الوحيد هو الوصول إلى إحدى المركبات الأخرى وإخبارهم بما حدث!
على الأقدام؟

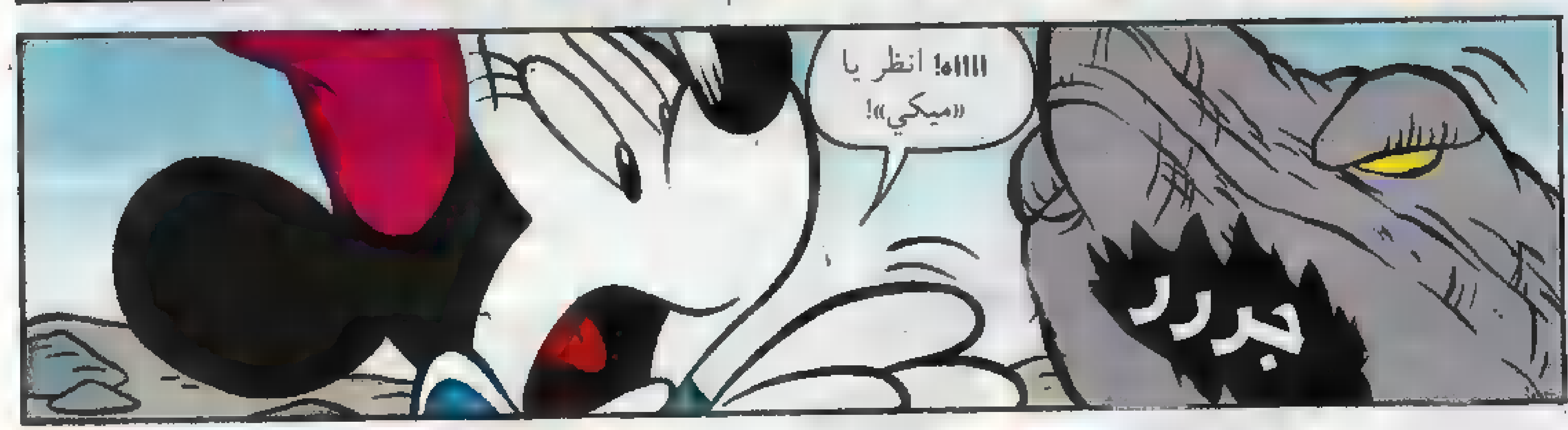

ليس هناك وسيلة أخرى للأسف! هيا بنا!




وبعد فترة...
لقد تعبت! لا يمكنني الاستمرار!
وأنا أيضًا!


ولكن لا يمكننا التوقف! ربما كان الآخرون خلف هذه التلال!
وربما لا!

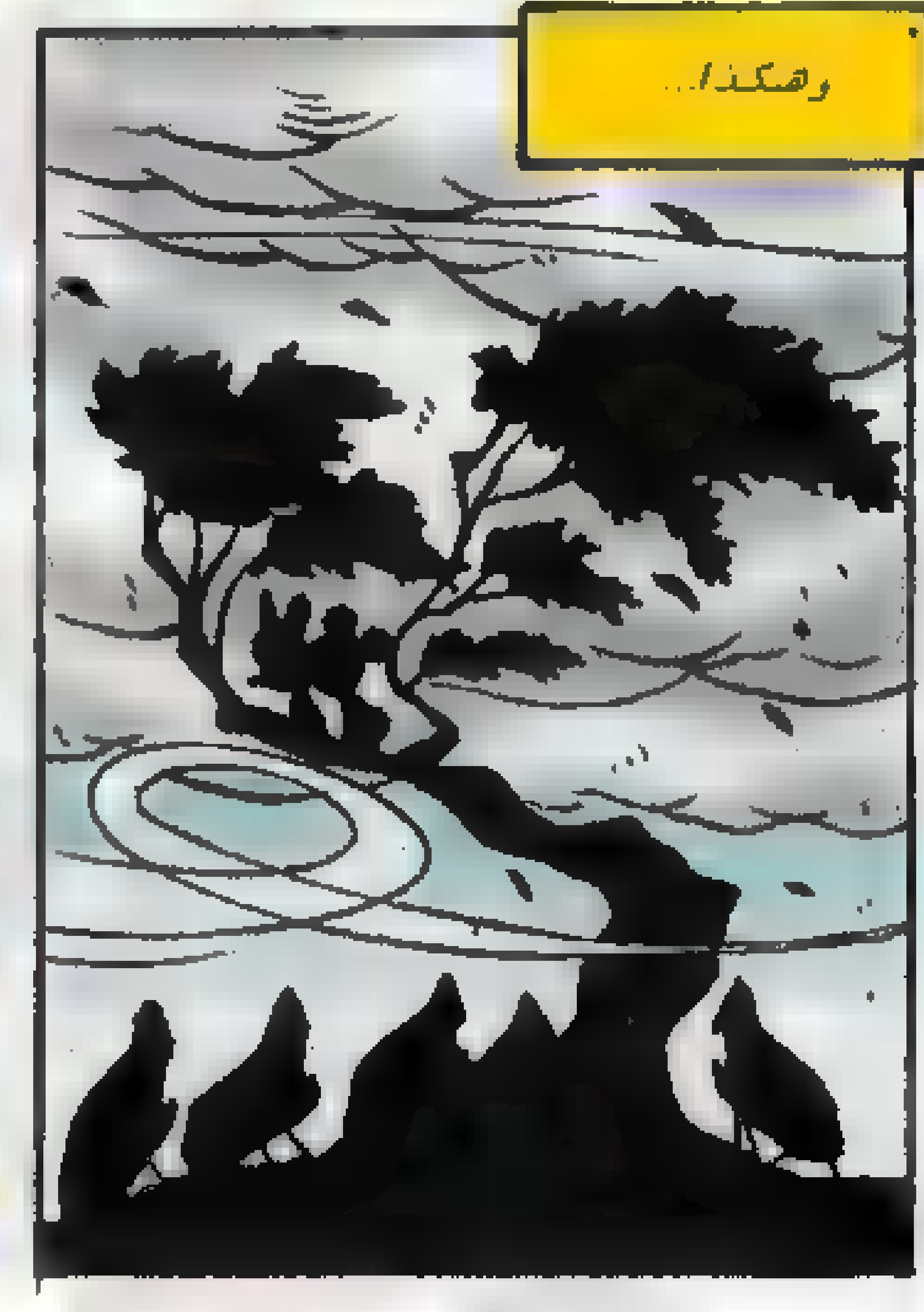

وإذا لم نصل في الوقت المناسب! أعتقد أنه...


!!!!أ! انظر يا «ميكي»!
جررر


صخور متوحشة! إنها أحد أنواع المخلوقات الفضائية!
شيء مثير! هه هه!
جرر
جرر
جرررر


في الوقت المناسب!
والآن ما العمل؟

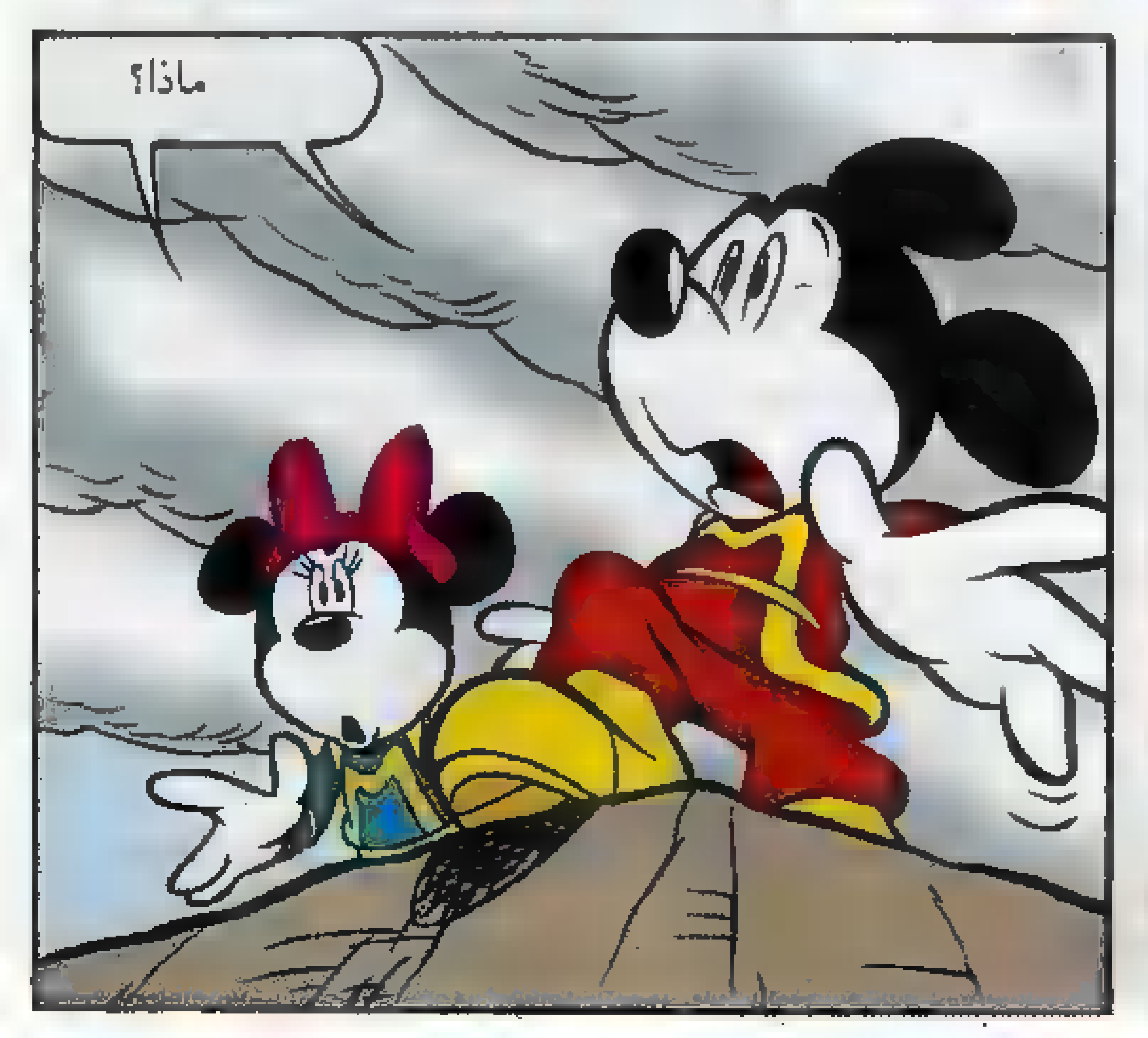

ليس أمامنا سوى الانتظار!
هيء!


وهكذا...


هل تشعرين بالبرد؟


وأخيرًا وبعد عدة ساعات...
لقد رحلوا.. هيا أسرعي! لنهبط!


تأخر الوقت! لن ننجح!
لا تفقدي الأمل! قليل من الجهد ولـ...


ماذا؟

ما .. ما هذا؟

رجل آلي! إنه من نوع «الحفّار»!






يبدو في حالة تسمح له بالعمل!
يحتاج للطاقة فقط!

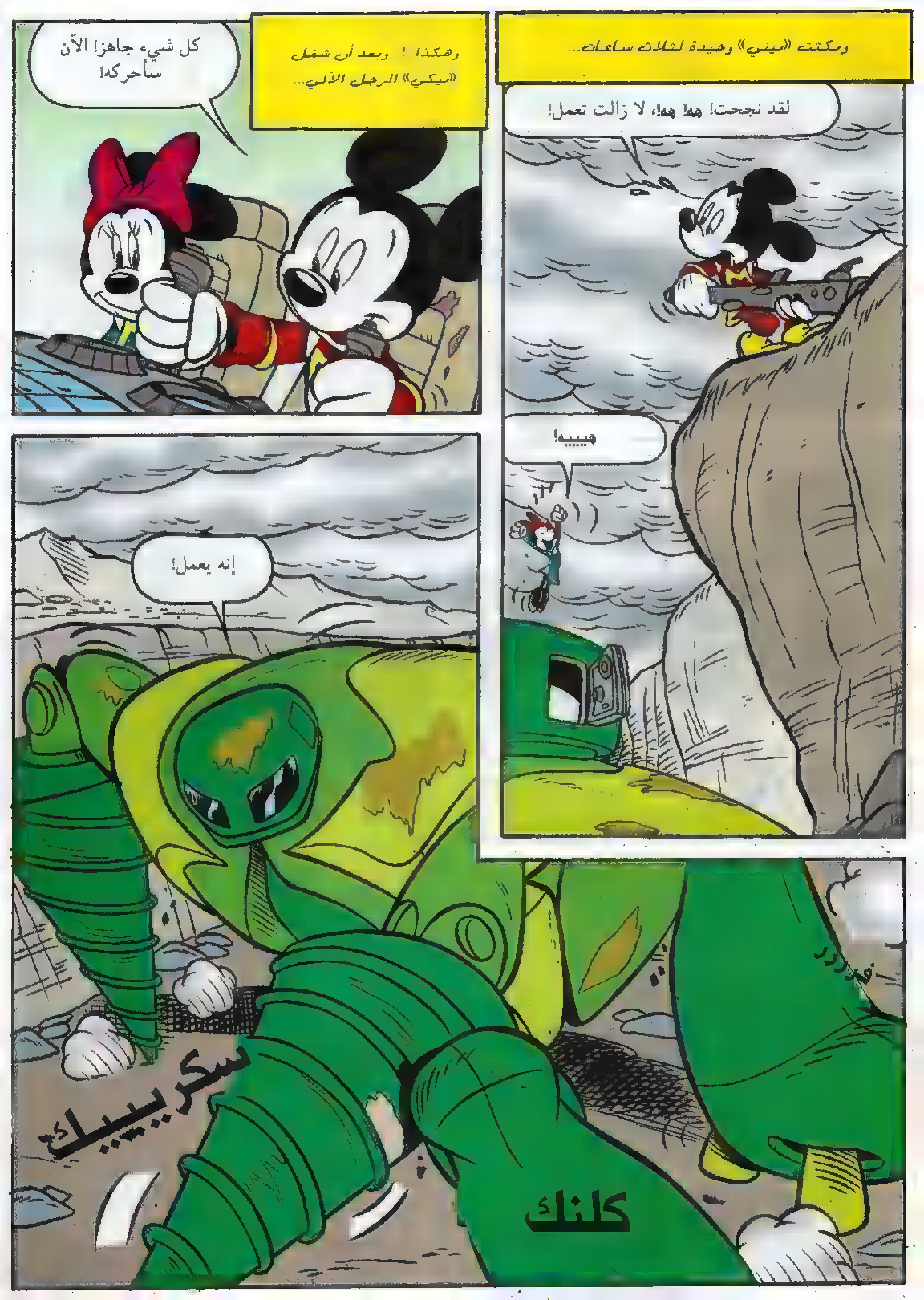

ربما أمكننا استخدام طاقة المركبة التي وصلنا بها...
ماذا؟ هل تريد العودة إلى هناك؟

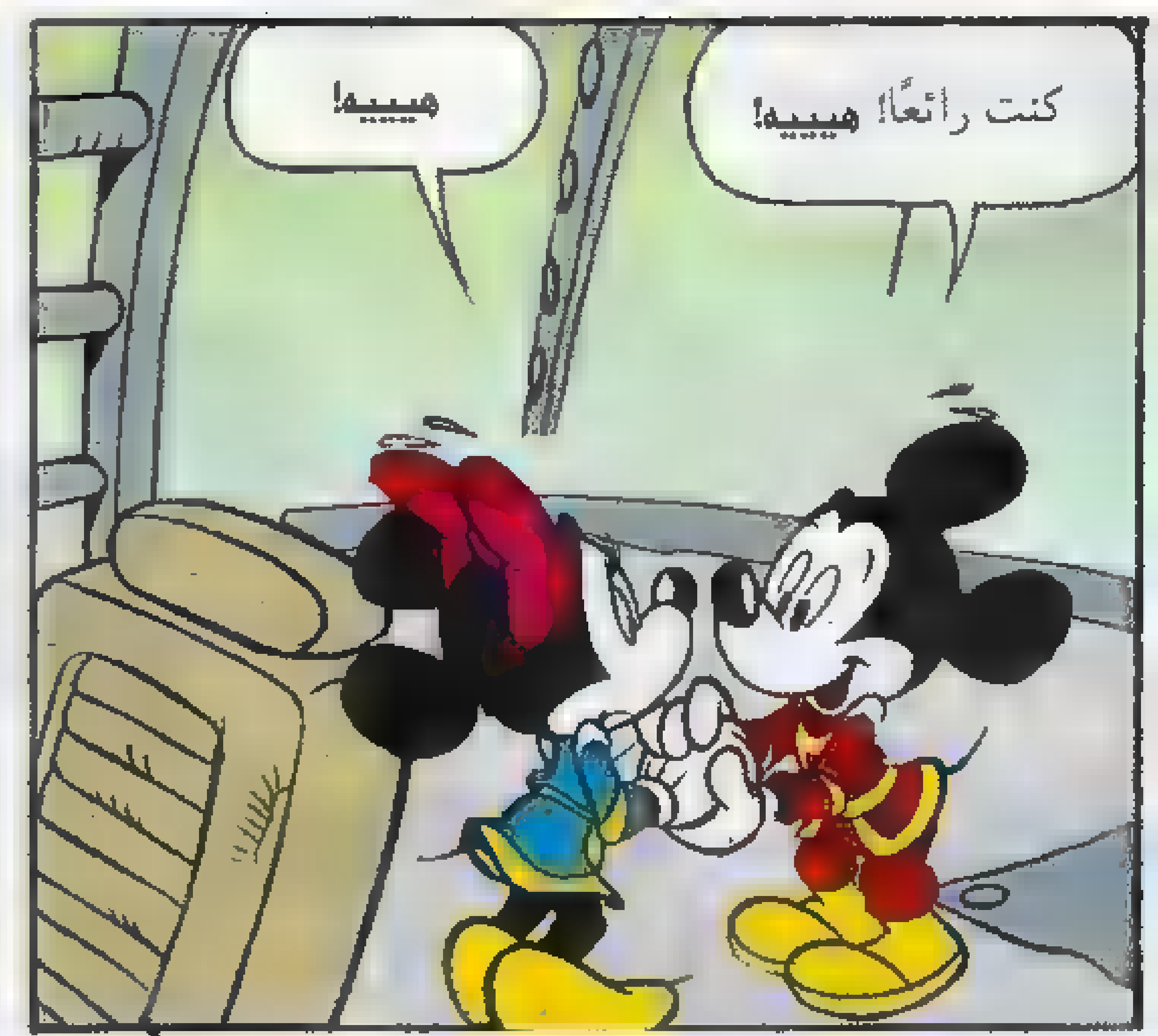

سأسرع! أغلقي الباب وانتظريني داخل الرجل الآلي!

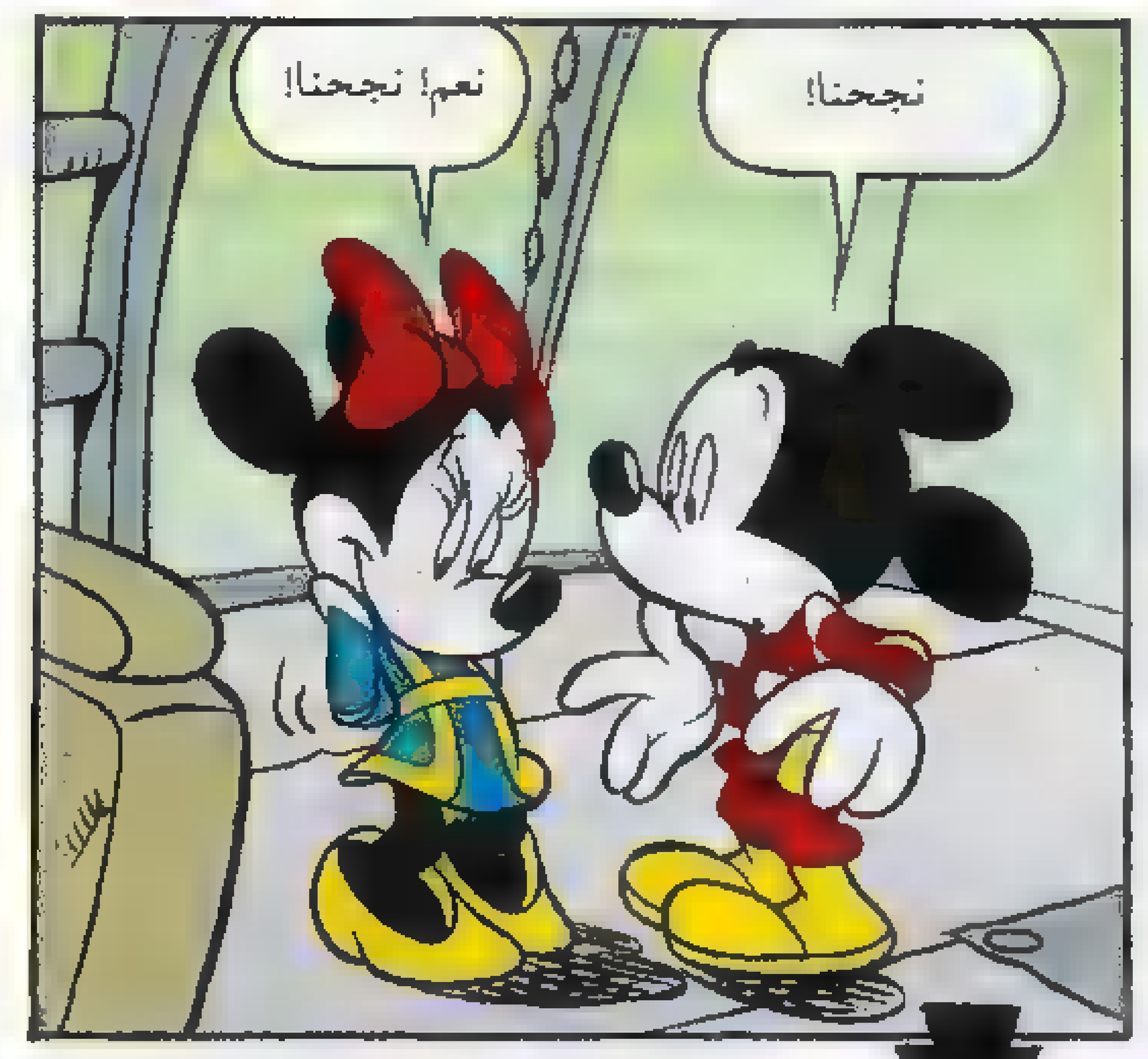

انتبه لنفسك!


أرجو ألا يقابل تلك الحجارة المتوحشة في طريقه...

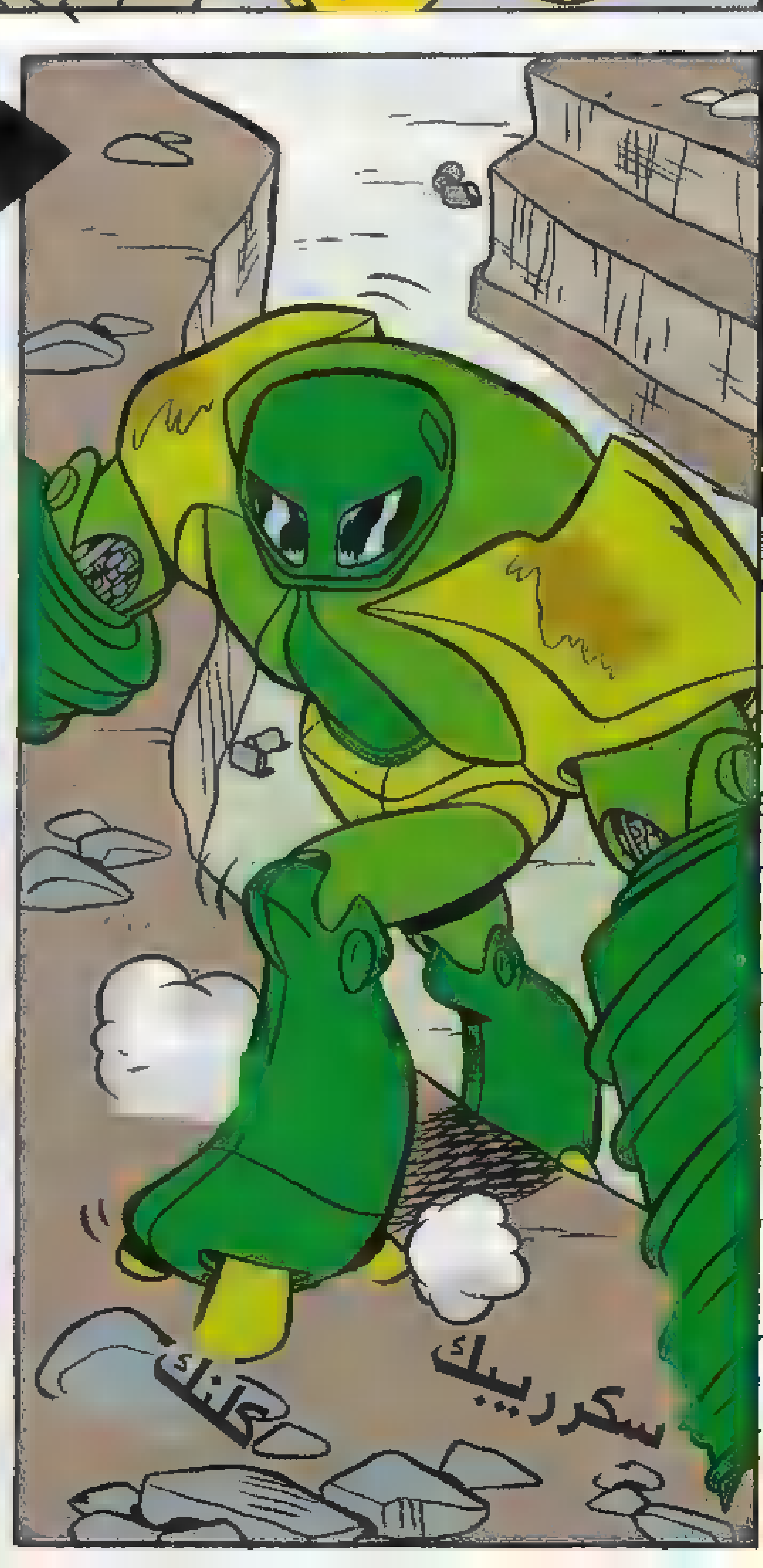

يا له من فأر جريء! أنا فخورة به!


ومكثت «ميني» وحيدة لثلاث ساعات...
لقد نجحت! هه! هه! لا زالت تعمل!
هييييه!
وهكذا ! وبعد أن شغل «ميكي» الرجل الآلي...
كل شيء جاهز! الآن سأحركه!
إنه يعمل!
فررر
سكريييك
كلنك


كنت رائعًا! هيييه!
هيييه!


نجحنا!
نعم! نجحنا!


لنذهب! سيوفر علينا هذا الكثير من الوقت والجهد!


سكرريك
كلنك


يمكننا الوصول حتى قبل العاصفة!
كلنك
كلنك


لا فائدة! الاتصال مقطوع... وقريبًا سنضطر للعودة إلى المركبة الأم!
ماذا؟

ولكن لا يمكننا أن نتركهم هنا!
ماذا يحدث؟
كرريييك
كلنك
آآآآآآه!
النجدة!
لا تخافوا! إنه نحن!


أحسنتم يا أولاد! تهاني يا «ميني» يا ابنة أخي العزيزة! أتذكر جيدًا كيف كان شعوري عندما علمت أنك بخير!
نعم! كانت مغامرة عظيمة، ولكنها لم تنتهي عند هذا الحد!

بمجرد أن يرجع الثلاثيد إلى «الأرض ٣٢»، أجري تحقيق في الحادثة...
لقد اكتشفوا كل شيء، إن المخرب هو نفسه سارق المختبر! الشرطة قادمة إلى هنا!
تبًا! نحن في ورطة!

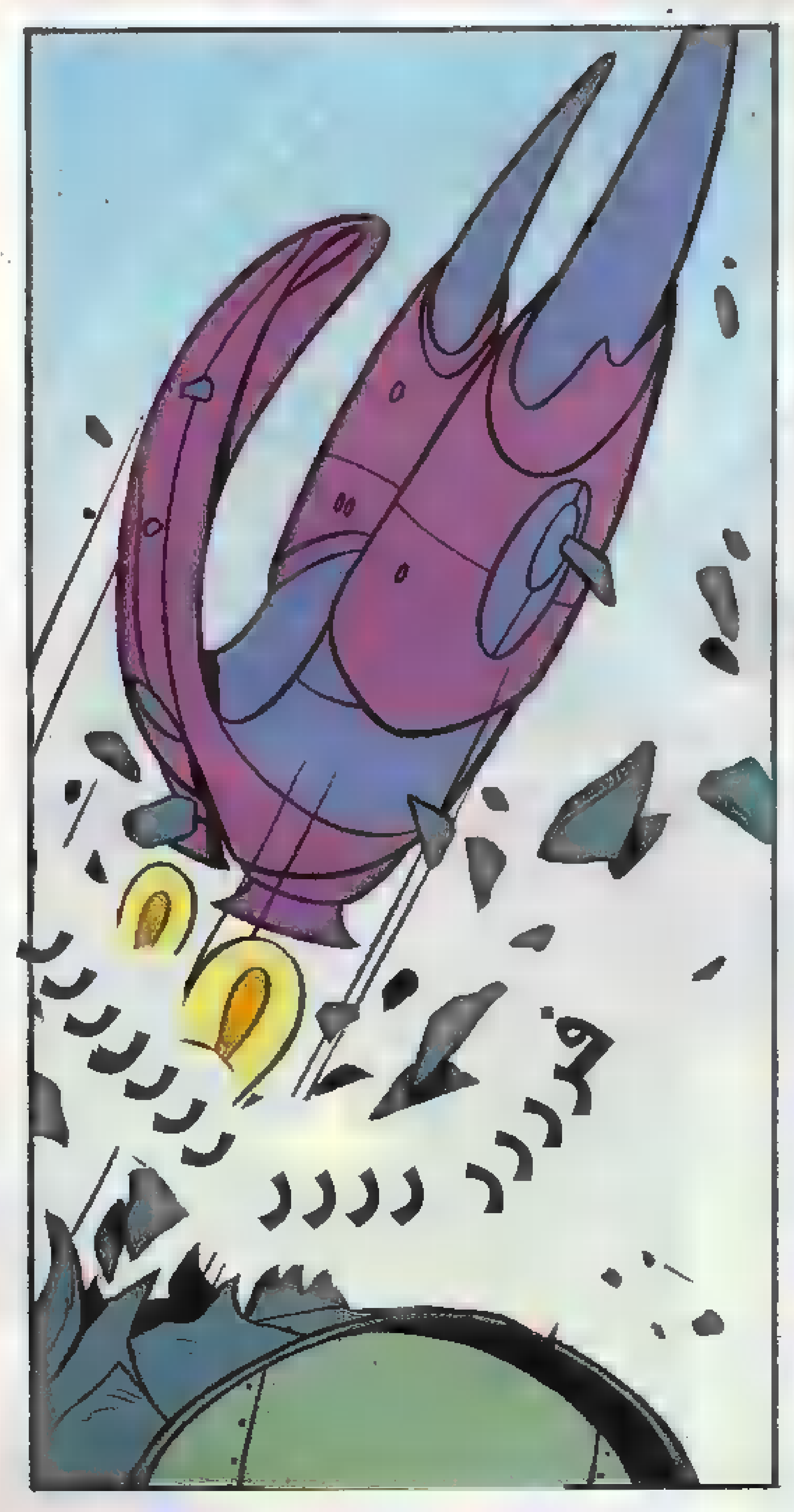
سيتعرفون علي بالتأكيد وسينتهي بي الأمر في أحد السجون الفضائية، ما كان يجب أن...
اهدأ!

لقد توقعت هذه اللحظة! هناك مركبة مجهزة تنتظرنا وبها كل الغنائم التي جمعناها حتى الآن!


سنركب جميعًا ونعيش في أي مكان نريده سعداء وأغنياء!


الشرطة!
بسرعة! لنذهب!
وييعي
وييعي
وييعي


إلى المركبة الفضائية بسرعة!
بف! بف! أسرعوا!


فررررر رررر


لن يمسكوا بنا الآن! هاهاها! لقد نجحنا!
لم أرد أن ينتهي بي الأمر هكذا!


هه؟ عصابة من الخارجين عن القانون!
وإذا كنا كذلك؟ هل يخيفك الأمر؟


سوف تكون رئيسًا معي! ماذا تريد أكثر من ذلك؟




يجب أن ننتبه لهم يا «ميني»!
يجب أن لا نستسلم!
وهكذا انتهت المغامرة بفضل شجاعة وذكاء «ميكي».
النهاية



ألعاب مسلية

لا يوجد أجمل من قضاء أمسية ممتعة بصحبة الأهل والأصدقاء، ولإضافة جو من الفرح والمرح يمكنك القيام بهذه الألعاب المسلية:

١- صحن الدقيق:

أحضري صحنا عميقًا وضعي به قطعة شوكولاتة صغيرة ثم املئيه بالدقيق وعلى كل لاعبة أن تضع يديها خلف ظهرها وتحاول التقاط الشوكولاتة بأسنانها دون أن تستخدم يديها والفائزة من تمسك بالشوكولاتة أولاً.

٢- شجرة المفاجآت:

قومي بتثبيت حبل بين شجرتين ثم بواسطة بعض الشرائط علقي على الشجرة أشياء مضحكة أو علبًا تحتوي على رسائل بها أوامر تقوم اللاعبة بتنفيذها ثم تعصب عينا احدى اللاعبات وتحاول أن تمسك بإحدى العلب المعلقة ومن ثم عليها تنفيذ الأوامر المكتوبة بالرسالة داخل العلب.

٣- سباق الجري:

ترتدي المتسابقات بنطالات قديمة ثم يجلسن على الأرض بعدها يبدأ السباق بالجري جلوسًا دون أن تلمس القدمان واليدان الأرض والفائزة من تصل أولاً دون أن تستخدم يديها أو قدميها.

والآن ما رأيك بهذه الألعاب؟ هل أعجبتك؟ إذًا هيا قومي بدعوة صديقاتك وإخوتك واستمتعي بها.

تختوخة

والت ديزني













إن البطريق طائر عجيب، فهو لا يستطيع الطيران، بل يمشي على الأرض وقورًا يجر قدميه، ويتهادى على رجليه الثقيلتين الغشائيتين وأحيانًا يلقي بنفسه على بطنه المنتفخ ويتزحلق على الجليد، وحينما يسبح في الماء فإنه سريع ويغوص عميقًا يبحث عن الأسماك والحبار والروبيان وأحيانًا يقفز فوق الأمواج.

بيئة البطريق

يعيش البطريق في القطب الجنوبي، حيث تهب الريح بسرعة ١٠٠ ميل (١٦٠ كم) في الساعة، ودرجة الحرارة غالبًا ما تكون ٤٠ درجة مئوية تحت الصفر، ولكن طائر البطريق محمي بطبقة كثيفة من الدهون تحت الجلد وله ريش مغطى بطبقة من الزيت تقيه من الماء.

وعندما يحل الربيع على القطب الجنوبي تسافر أفواج البطريق مئات الأميال، حيث يقوم الذكور بجمع الصخور لبناء الأعشاش، وتصيح عاليًا لجذب الإناث، وبمجرد أن تضع الأنثى بيضها بين الصخور فإنها تتهادى نحو البحر باحثة عن بعض الغذاء، ويضع الذكر قدمه المفلطحة تحت البيض ويظل يحتضنه بلحمه الدافئ، ثم ينتظر أنثاه للعودة مرة أخرى معًا إلى موطنها، وعندما يفقس البيض فإن الوالدين يتبادلان إطعام الصغار بالطعام الذي سبق هضمه جزئيًا، ويكتمل نمو الصغار في حوالي تسعة أسابيع، وتصبح قادرة على الغوص في المياه الباردة والحصول على غذائها بنفسها.

البطريق الإمبراطور

أكبر أنواع البطريق هو البطريق الإمبراطور الجميل الذي يبلغ ارتفاعه قائمًا ٣ - ٤ أقدام (٩٠ - ١٢٠ سم).





صديقاتي العزيزات

جاءتنا العديد من المشاركات في هذه المسابقة، وكم كنت أتمنى أن يفوز كل الأصدقاء، ولكن المسابقات القادمة كثيرة، فتابعوا الأعداد القادمة وسوف يحالفكم الحظ بإذن الله.

وأما الفائزين في هذه المسابقة فهم:

١- رهف محمد غنام	السعودية	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٢- ريما محمد حسين مور	الأردن	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٣- أحمد حمد عبدالكريم العوضي	الكويت	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٤- محمود محمد يعقوب	البحرين	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٥- ياسمين محمد الشراح	الكويت	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٦- ليماء يحيى رشيد آل جمعة	سلطنة عمان	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٧- راحة سالم ضاوي السالمي	سلطنة عمان	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٨- لطيفة أحمد راشد	الإمارات	شريط فيديو «يوميات أميرة»
٩- سارة محمد علي زين الدين	البحرين	شريط فيديو «يوميات أميرة»
١٠- عرفة سعيد الضامن	السعودية	شريط فيديو «يوميات أميرة»

ألف مبروك للفائزين
و شكراً لكل من شارك معنا ولم يحالفه الحظ في الفوز .

لاستلام الجوائز:

من داخل دولة الكويت: مراجعة مجلة ميني في مدة أقصاها شهر من تاريخه

من خارج دولة الكويت : مراجعة شركات التوزيع في كل بلد.



هل تحبين أن تكوني مختلفة عن الآخرين؟

تحب بعض الفتيات أن يتمتعن بمظهر وشخصية مختلفين، لا يعمهن إذا وجد الآخرون في ذلك غرابة أو حتى انتقدوا مظهرهن أو سلوكهن. وعلى العكس تفضل العديد من الفتيات ألا يكن مختلفات جدًا وأن يكون مظهرهن وتصرفاتهن منسجمة مع الآخرين إلى درجة التشابه.

أي الشخصيتين تفضلين أن تكوني؟ وما مدى حرصك على التمتع بشخصية مختلفة ولو قليلاً؟ اكتشفي نفسك من خلال الاختبار التالي:

١- ذهبت برفقة صديقاتك إلى أحد المتاجر الضخمة:

أ- تختارين قبعة غريبة.

ب- تختارين تنورة تحتاجينها.

ج- تفضلين تأمل البضائع ولا تسرعين في الشراء

٢- في حفل عام تحبين أن تكوني:

أ- جذابة لأقصى حد

ب- أنيقة المظهر

ج- مرتاحة

٣- أي اللوحات تفضلينها في غرفتك؟

أ- اللوحات الضخمة ذات الإطارات الذهبية.

ب- لوحات المناظر الطبيعية الكلاسيكية

ج- لوحات تنسجم مع الأثاث

٤- في الأماكن العامة:

أ- تلفتين النظر بمظهرك المتميز.

ب- تكونين واثقة من معلوماتك.

ج- تتصرفين بهدوء وبشكل عادي.

النتيجة

إذا كانت معظم إجاباتك «أ»:

حرصك على الاختلاف يدفعك إلى تأكيد وجودك كل لحظة مما يرهقك داخليًا بالاهتمام بمظهر مختلف والقيام بتصرفات قد تبدو غريبة.

صحيح أنك تحققين الكثير من لفت الانتباه إليك، ولكنكِ تفقدين صديقاتِك بالتدريج.

نصيحة: حاولي نسيان ذاتك وتذكري أنك تنتمين إلى مجتمع كبير.

إذا كانت معظم إجاباتك «ب»

تميزك يطل بهدوء من خلال حرصك على التحلي بشخصية هادئة ومحببة، تفضلين تقديم المساعدة للآخرين حتى لو لم يطلبها منك أحد؛ لذا فأنت مختلفة حقًا ومحبوبة من الجميع.

نصيحة: لا تجعلي شعورك بالمسؤولية تجاه الآخرين يتزايد، فهذا سيؤثر على أعصابك فيما بعد.

إذا كانت معظم إجاباتك «ج»

أنت من الأشخاص الذين يلحقون بالآخرين، تسألين رأيهم في كل ما يتعلق بكِ دائمًا مما يجعلك بلا ملامح تميزك أحيانًا.

نصيحة: أنتِ بحاجة لتأكيد ذاتك من خلال اكتشاف شخصيتك الحقيقية دون استشارة أحد.


كوكبة
السفينة الغارقة
السينما


يبدو أنه فيلم رائع!
السفينة الغارقة


إهئ!


كراش
أوه، لا!


إهئ! إهئ! يا له من فيلم مؤثر!
أنت حساس جدًا يا «محروس»!،


كنت أستطيع إنقاذ هذه السفينة إذا كان معي فريق من المساعدين!
؟
النهاية



إقرأ . . .
مغامرات لطيفة
حكايات طريفة
قصص ظريفة
مجلة
إجازة مع
ميكي



خصومات خاصة
عند الاشتراك
في أكثر من مجلة
للاشتراك الرجاء الاتصال على:
الكويت هاتف: ٤٨٤٤٥٧٨
الخط الساخن: ٨٠٧١١١
فاكس: ٤٨١٦٤٦٠

@ملك الرومنسية@

عرب كوميكس

عرب كوميكس

هذا العمل من مجهودي الشخصي ..
أرجو ممن أراد نقله ان يذكر اسم المصدر ..
والاستئذان بصاحب العمل أولاً ..
والله الموفق .

ملاحظات مهمة :

المصدر هو : عرب كوميكس للقصص المصورة
WWW.ARABCOMICS.NET

صاحب العمل : @ملك الرومنسية@



سبحان الله وبحمده سبحان الله العظيم


ARAB COMICS
عرب كوميكس
www.arabcomics.net

